

アップル学園前カレッジ
はつらつアップル体操教室 第1期参加申込書

● 生年月日 年 月 日

● 氏名 _____

● 住所 _____

● 連絡先 自宅・携帯 _____

● メールアドレス _____

● 現在、何かの健康上の問題や病気に罹っていますか。 はい・いいえ

● 「はい」の場合、具体的にお書きください

● 運動に制限はありますか。 はい・いいえ

● アレルギーはありますか。 はい・いいえ

● 体操教室に参加するにあたり、考慮すべき特別な事項や要望があれば記入してください。

尚、運動時には適切な服装で、滑りにくい靴をご用意ください。
自分の体力や運動レベルに合わせて、適切な運動量を選択し無理なく運動してください。
運動中に異常を感じたら、すぐにスタッフにお知らせください。