

いきいき

# スポーツデリバリー

運動をしたいけど、教えてくれる人がいない...という

団体の皆様に、**指導者を派遣**します。



## 実施内容

**健康維持**  
に関する運動系

ヨガやストレッチなど

**体の改革**  
トレーニング系

自分の体重を活かした  
筋力アップや  
体幹トレーニングなど

**年齢に応じた**  
運動系

幼児期から高齢者までの  
体力アップや  
体幹トレーニングなど



**対象**

原則として、市内に在住・在勤又は在学する5名以上で構成された団体(企業含む)・グループ

**申込方法**

原則として、実施希望日1か月前までに、いきいきスポーツデリバリー申込書(裏面)を記入の上、下記の宮崎市スポーツ協会宛にお申し込みください。

**申込先** (公財)宮崎市スポーツ協会 〒880-0879 宮崎市宮崎駅東1-2-7  
TEL 21-1735 FAX 21-1736 E-mail:info@miyazaki-sports.or.jp

**【注意事項】**  
指導者への謝金については、年度内1回(初回)に限り、本協会にて負担します。(※2回目以降は申込団体の負担となります。)  
会場等は申込者で手配するものとし、会場使用料及びその他、本事業に要する諸経費は申込者の負担となります。  
保険については申込団体で保険に加入してください。(※指導者は市スポーツ協会にて対応)また、本事業の活動により受講者又は第三者に損害を与えた場合の責任も申込団体となりますのでご了承ください。

主催 (公財)宮崎市スポーツ協会