



ユアスタの芝生でバランスコーディネーションをしよう☆

# バランスコーディネーション ベガルタ仙台 Balance coordination 教室 in ユアテックスタジアム仙台

ベガルタ仙台ホームタウン協議会はベガルタ仙台を通じて地域と一体となった社会貢献活動を行っており、その一環として、サッカーをはじめとするスポーツの普及ならびに健康増進のため、さまざまな運動教室を実施しております。

## 普段足を踏み入れることのできないユアスタの芝生でバランスコーディネーションをしませんか？

☆日時:平成30年9月15日(土)14:00キックオフ **FC東京 試合当日!**

☆実施時間:10:40~11:20

※途中退出不可です。年間チケット会員先行入場に間に合わない可能性がありますので、  
予めご了承いただける方のみお申込みください。

☆受付時間:10:20~10:30(ユアスタ北エントランスベガッ太石像前<総合案内>)

☆場所:ユアテックスタジアム仙台ピッチ上(サッカーコート外となります。)  
※雨天時ウォーミングアップ場

☆定員:先着50名

☆参加条件:どなたでもご参加いただけます。親子でのご参加、3世代でのご参加大歓迎です!!!

☆申込み:メールかFAX(申し込み専用紙)にてお申込み【締切日:9月13日(木)】

メールアドレス:hometown@vegalta.co.jp  
FAX番号:022-216-1013

☆対象:小学生以上(男女問わず)

☆参加費:無料

☆〆切:9月13日(木)

☆参加者限定!お得意チケット:『S指定席⇒2,000円』『サポーター自由席or自由席南⇒1,000円』特価にて販売。  
参加申し込み時にチケット希望枚数をメールへ記載願います。

☆講師紹介 熊谷 ゆりあ

【主催】ベガルタ仙台ホームタウン協議会 【協力】㈱ベガルタ仙台

★ご家族、お友達をお誘い合わせの上お気軽にお申込み下さい。初心者大歓迎です!

<注意事項>

※ヨガマットもしくはレジャーシートをご持参ください。

※更衣室等の利用可能諸室はございませんので予めご了承ください。

※レッスン中に事故、怪我が発生した場合は、自己の責任において処理いたします。

※慢性疾患をお持ちの方、薬を服用中の方、怪我をしている方、

体調不良の方は予めかかりつけのお医者さんにご相談の上ご参加ください。

※着替え、タオル、飲料はご自身でご準備くださいますようお願いいたします。



## 講師紹介 熊谷 ゆりあ

【保有資格】

バランスコーディネーション、エアロビクス、ヨガ、メンタルコーチ&セラピスト

【プロフィール】

スポーツクラブでの勤務を経て、現在は専門学校の非常勤講師、仙台市内を中心にフリーランスインストラクターとして活動しています。

【内容】

バランスコーディネーションとは、簡単な動作で身体のくせを見抜き、自分に合ったトレーニングを知るためのエクササイズプログラムです。自重で行う筋力トレーニングや関節をほぐすストレッチを実施いたします。

普段運動をしない方、男性の方でも無理なく行えますのでぜひご参加ください!

★参加者の皆様にはベガルタ仙台ステッカープレゼント★

申込み用紙

ベガルタ仙台バランスコーディネート教室  
平成30年9月15日(土) ※切:9月13日(木)

FAX番号:022-216-1013  
メール:hometown@vegalta.co.jp

氏名	
年齢	
住所	
電話番号	
お得なチケット	Sバック指定席⇒2,000円( 枚) サポーター自由or自由南⇒1,000円( 枚)

※お得なチケット:希望枚数を記載お願いします。

担当:ベガルタ仙台ホームタウン課 磯田・小野木

※個人情報の取り扱いにつきましては、教室にまつわる諸連絡、または名簿管理にのみ使用いたします。