



かぶとの森テラス
CAMP & LOCAL FITNESS

「体幹ストレッチ & 散策ウォーク」

2020
8/14
fri.



※写真はイメージです

●開催日時

2020年8月14日（金）午前7時～8時

※レッスンの15分前までにキャンプ場フロントにご集合下さい。

※当日のスケジュールについては、当日の天候、ご参加者皆様の体調などにより前後する場合がございます。

●開催場所

かぶとの森テラスと周辺

※ストレッチは気温や当日の天候によっては室内で行う場合があります。

●持ち物

動きやすい服装、スニーカー、補給用ドリンク、タオル

※ヨガマット、またはそれに類似するマットをお持ちの方はご持参ください。

●ご参加費用

500円

※税込/当日、会場にてお支払いください。

●定員

12名（先着順）

※定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。

●ご参加条件

小学生以上

●ご予約方法

保険加入の都合上、2020年8月11日（火）までにお申し込みください。

お電話またはメールにてお申し込ください。

ご宿泊の方以外でもご予約を承らせていただきます。

電話：0595-98-0605

メール：info@kabutomoricom

※当イベントは保険加入の都合上、事前予約制となります。

【雨天の場合】

室内での体幹ストレッチのみとなります。

その場合、費用は半額の500円となります。



※ご参加の際は、できる限りマスクのご着用をお願いいたします。

※ご参加者様同士の間隔は十分に空けた状態（2m以上）でのレッスンを行います。

※レッスン前後にて手指消毒を行っております。

●インストラクタープロフィール

井早 アキラ（三重県津市出身）

【資格】

本橋恵美体幹トレーニング養成コース（32h）修了

NEWTON 公認ランニングインストラクター

JOPH 認定ダイエットアドバイザー

「普段は京都でバイクライドレッスンを行っています。

ロードバイクに乗りたけれど一人では心細い方、

20km以上のライドに挑戦してみたい方、また

初心者の方でも安心してご参加いただけるレッスンです。」

三重県津市出身、京都在住。平日はWEBデザイン制作会社の社長兼

デザイナーとして仕事するかたわら、京都のOutdoor Fitness&

Studio「Nadi Kitayama」にてロードバイク、ランニング、体幹トレ

ニングレッスンなどのクラスインストラクターとして活躍。

他、ランニングなどのパーソナルレッスンの

他、企業での体幹に関する講演会、イベントでの単発レッスン、

フィットネス関連事業のコンサルティング・プロデュースなども

行う。

（instagram アカウント：COREDIETJAPAN）



<ご注意>

最少催行人数に達しなかった場合やその他天災、災害など止むをえない都合でイベントを開催できなくなった場合は、開催日前日までに、申込み時にいただいた連絡先に通知いたします。開催者は、申込者またはその関係者が病気にかかっている場合や泥酔している場合やその他イベントご参加にふさわしくない状態にあると判断した場合、ご参加のみなさんの安全を考慮し申込者またはその関係者にご退場他のお願いをさせていただくことがあります。当日は万全の健康状態でお越しくださいませう何卒よろしくお願い申し上げます。