

年 月 日

シニア向けポールウォーキングを 利用したフレイル予防

営利団体向け

## 出張体験教室のお見積もり

(整形外科医が開発したポールウォーキング体験教室)

### 期間&場所

1. 1回 2時間(90分+質問時間 30分茶話会)
2. 公共の運動施設(多目的室や体育館)や公園など。  
(下見確認させていただきます。)

### 実施概要

1. 参加定員 14名程度
2. 時間&内容 2時間程度  
まちの健康研究所「あ・し・た」で実施しているもの  
と同じ内容(チラシ参照)
3. 配布物 テキストと健康パトローラーズハンドブック
4. 測定その他 歩幅測定(25m)とアンケートの実施

### (お見積もり)

#### 主催者負担

- 派遣コーチ 1回 2名 (コースリーダー1名 サブリーダー1名)  
出張体験教室 3万円 (2時間)

#### 参加者負担 A

参加費 300円(資料と保険代)  
テキストと健康パトローラーズハンドブック  
ポールウォーキングイベント保険

#### 参加者負担 B

専用ポール 300円(レンタルポール)  
レンタルポール

※ 会場の確保は 主催者側で お願いいたします。その際 準備 30分  
片付け 30分を前後に入れていただき 3時間の確保をお願いいたします。  
参加者の条件は、医者に運動を止められていない人を前提にして  
おります。また 当日は、別紙免責事項同意書・肖像権使用承諾書と  
運動参加当日の体調チェックをお願いすることが条件になります。  
保険の関係で 氏名・性別・生年月日をイベント開催日の2日前迄に  
FAX (04-7140-5457)をお願いいたします。

柏の葉ポールウォーキングクラブ