



## お申し込み方法

- 講座、教室をご受講いただくには、事前に運動総研コールセンターへのお申し込みが必要です。  
電話：03-3817-0390(受付時間10時～18時、日曜・木曜定休)／ファクス：03-3817-7724  
※事前にお申し込みなさらずに直接会場にお越しいただきましても、ご受講いただけませんのでご注意ください。
- 講座料および月謝は全て前払い制となっております。  
お申し込み後、運動総研より郵送で「お申込確認書・請求書」をお送りしますので、記載の支払い期限までに必ずお支払いを済ませていただき、受講してください。
- お支払い期限：[講座] 講座開催前の最終金融機関営業日／[教室] 教室開催前月の末日

### 講座料振込先

郵便局：郵便振替口座 00120-7-332858 株式会社運動科学総合研究所  
銀行：みずほ銀行本郷支店 普通2474869 株式会社運動科学総合研究所

#### [キャンセルについて]

お申し込み後、開催日前の当研究所最終営業日18時までにご連絡をいただきますと、お申し込みを取り消すことができます。その場合当社規定に従ってキャンセル料がかかります。詳細は裏表紙に記載の講座受講規定をご確認ください。

※お申し込みの取り消し連絡がない場合には、欠席されても料金は全額お支払いいただくこととなりますのでご注意ください。

※開催日前の当研究所最終営業日18時以後は、お申し込みを取り消すことはできません。

## 初めて受講されるお客様へのお知らせ



### ◆公開講座登録用紙

- 参加者規約をご承認いただき、お客様情報を登録するための用紙です。  
お申し込み後、お申込確認書・請求書と一緒に送りいたします。氏名、ご住所、電話番号、生年月日等のご記入と押印の上、お顔の分かる写真(3×3.5cm・スナップ写真可)を貼り付けて、ご返送をお願いします。

※個人情報について…お客様の氏名・住所等の個人情報は、下記(1)(2)の目的にのみ利用します。

(1)お客様よりご依頼のあったサービスの提供の為。

(2)当社主催講座・教室等のご案内の為。

個人情報に関するお問い合わせ等は、運動総研コールセンターで承ります。

電話03-3817-0390(受付10時～18時 日曜・木曜定休)／ファクス03-3817-7724

### ◆受講時の服装について

- 動きやすい服装をご持参下さい。スポーツウェアである必要はございませんが、体をしめつける服装、ジーンズ、スカート、短パンはご遠慮下さい。
- 運動靴は不要です。ただし靴下をご着用下さい。

※「大阪会場：味覚糖UHA館」で開催する一部の講座・教室につきましては、編成上、着替えのためのスペースと時間が確保できていないものもございます。あらかじめご了承ください。またその場合は、まことに恐れ入りますが、運動のできる服装で直接ご来場いただきますようお願いいたします。

### ◆ご持参いただくもの

- ノート、筆記用具。

※床に横になることがございますので、頭や体の下に敷くものとしてタオルなどをお持ち下さい。

### ◆ゆるゆる棒について

- 一部の講座ではセンター(体軸)をつくるトレーニング器具「ゆるゆる棒」を使用します。事前にお買い求めください。「ゆるゆる棒」を使用する講座に初参加の方に限り、無料で1回のみ貸し出しいたします。

※「統一棒」を「ゆるゆる棒」と名称変更しました。

ゆるゆる棒は長短2本の棒を組み合わせて使うトレーニング器具です。  
脱力しながら使用して、センターを作るトレーニングを行うことができます。  
12ページの解説書つきで販売しております。代金引換宅配便でお届けいたします。

価格：6,300円(税込)、別途代引き送料がかかります。

代引き送料はお届け地域によって異なります。

(関東・東海地区：800円、近畿地区：900円、その他の地区900円～1,300円)。

※島嶼部など、一部代引きでの発送ができない地域がございます。詳細はお問い合わせください。

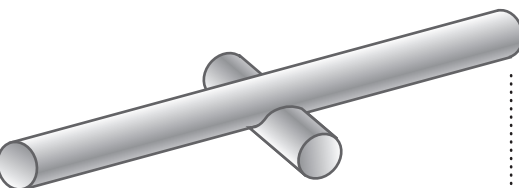
#### ご注文方法

運動総研コールセンターへ、電話またはファクスにてご注文ください。

お名前／郵便番号／ご住所／電話番号(昼間ご連絡可能な連絡先)をお知らせください。

- お届け指定日：ファクスでご注文の場合は発送に2、3日かかる場合がございます。

お急ぎの場合はお電話にてご注文ください。



ゆるゆる棒

※会場での販売・受け渡しはいたしません。