

～Sport in Lifeを推進する～

元気アップ教室 チャレンジ・ザ・ゲーム

体力差に関係なく
幅広い年代で
楽しめる

学校で！地域で！
職場でも！

主催：公益財団法人日本レクリエーション協会
一般社団法人東京都レクリエーション協会

日時

令和8年 6月14日（日）

午前9:30～12:30（9:15 受付開始）

参加費

2,550円(税込)

※テキスト代・保険代込み

会場

東京体育館 第一会議室



対象

レクリエーション活動を充実させたい方

※このチャレンジ・ザ・ゲームを受講すると、
普及審判員（＝元気アップリーダー）の登録（無料）ができます。

定員

30名

プログラム

手のひら健康バレー、ペア・リング・キャッチ、
キャッチング・ザ・スティック、ラダーゲッター

講師：牧野正雄

（NPO法人手のひら健康バレー協会 会長）



一般社団法人
東京都レクリエーション協会



〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-29-9 日本パーティビル3階

TEL 03-6380-4731 FAX03-6380-4732 E-mail tra@tokyo-rec.or.jp HP <https://www.tokyo-rec.or.jp>

本事業はスポーツ振興くじ(toto)の
助成を受けて実施しています。

東京体育館 第一会議室

会場

(東京都渋谷区千駄ヶ谷 1-17-1)

最寄駅 JR 中央・総武線「千駄ヶ谷駅」／徒歩 1分

都営地下鉄大江戸線「国立競技場駅」下車(A4 出口)／徒歩 1分



受講料

※テキスト代・
保険料込み

2,550 円 (税込)

※キャンセルについては、支払い済受講料から下記キャンセル手数料を差し引いて払い戻しいたします。

キャンセル 手数料	払込後～実施日 4 日前(6/10)まで	実施日より 3 日前(6/11)以降	当日キャンセル
	1,000 円	参加費の 50%	参加費の 100%

申込 方法

FAX または E-mail で申込の上、郵便局に備え付けの郵便払込用紙を使用し、
締切日 6/10 までに受講料をお振込みください。

必ず、郵便払込用紙の通信欄に、講座名、参加者氏名、連絡先をご記入ください。

受講案内は、6/10 以降に順次お送りします。

郵便振替口座番号 00140-7-65964
口座名義 一般社団法人東京都レクリエーション協会

お申込み 一般社団法人 東京都レクリエーション協会

FAX▶ 03-6380-4732 E-mail▶ tra@tokyo-rec.or.jp

※メールの方は、申込書を添付にてお送りいただくか、
右の QR コードよりメール本文に入力の上お申込みください。

QR コードを読み取り
「メール作成画面はこちら」を
クリックすると宛先・項目の入力が不要⇒



6/14 元気アップ教室チャレンジ・ザ・ゲーム 受講申込書 (6/10 〆切)

ふりがな		性別	
氏名		年代	
公認指導者 ID	※資格をお持ちの方のみご記入ください。		
住所	〒 — —		
自宅 or 勤務先			
連絡先 ※日中に連絡が可能な 連絡先をご記入ください。	電話 (自宅・携帯・勤務先)	— —	
	メール (自宅・携帯・勤務先)	※ご記入いただいたメールに受講案内をお送りします。	

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

以下の個人情報の利用に同意いただける方はチェック✓をお願いいたします。

※一般社団法人東京都レクリエーション協会では、個人情報の取得・利用・管理に際して「個人情報保護法」を遵守します。本講習会申込で収集した個人情報の利用については、講習会に係る通知・保険加入・情報提供に限ります。