

出張サービスご希望の代表者の方へ

おたっしゃ倶楽部では

水曜日の午後・土曜日の午前を出張サービスに当てています。

また、上記以外でもご相談に応じておりますので日時のご相談下さい。

資料① 出張サービスのご案内


資料② 内容等

専門士と一緒にいる 頭と身体の運動教室



おたっしゃ倶楽部

〒590-0925 堺市堺区綾之町東 1-2-33 堺都市第2ビル1階1号

 ・ FAX (072) 269-4373 心を つむぐよみなさん

資料①

2名様以上・会場確保を各自・各団体でして頂き、宣伝をさせて頂く条件にて

初回は無料出張サービスをさせていただきます。(※別途遠方出張費あり)

おたっしゃ倶楽部は今までにない新しい感覚の頭と身体の運動教室になっています。一度体感して

みて下さい。想像と違うかもしれませんよ。

裏面の記より①実施の時間 ②コース(内容) ③希望日時 ④出張場所 ⑤代表者名を記入して

FAX・メール・電話のいずれかでお問い合わせ及びお申し込みをお願いします。

※お一人様500円(全コース共通) →初回出張サービスに限り無料

※遠方出張費について概ね店舗～2km以上で発生します。(必ずご確認ください)

概ね店舗より2km～5km：1000円/5km～10km：2000円/10km以上：要相談

2枚目へ

資料②

◆**総合運動**：フィットネススタジオ風で主に立ったままでの体操やエアロビなどを

おたっしや倶楽部のオリジナル特別メニュー（二重課題込み）で実施

実際のフィットネスより強度は低めですが、3コースでは最大です。

※**運動強度**：強 個人差はありますが筋肉痛を起こすレベル

◆**脳活及び軽体操**：文字通り脳（頭の体操）二重課題を中心に体操は軽めとなっています。

椅子を使用しますので、椅子の用意をお願いします。

※**運動強度**：弱 デイケア等の集団体操レベル

◆**オリジナル MIX**：総合と脳活を適度に合わせ運動強度を抑えつつ、おたっしや倶楽部の

人気のメニューを厳選しています。

※**運動強度**：中 両方の体験を少しずつ出来るお試し程度

申込書

① 実施時間 （ 20分間 ・ 30分間 ・ 45分間 ）


② コース （ 総合運動 ・ 脳活及び軽体操 ・ オリジナル MIX ）

③ 希望日時 第1希望（ 年 月 日 曜日 時～）

第2希望（ 年 月 日 曜日 時～）

④ 出張場所（住所 名所 ）

⑤ 代表者（氏名： 電話： ）

 ・ FAX (072) 269-4373

メール: info@otassyclub-sakai.jp