



初心者向き!!

何歳からでも始められる!!

受講生
大募集!

どなたでも
参加
できます!

健康ボウリング教室

主催▶公益社団法人日本プロボウリング協会 後援▶福島市教育委員会／伊達市／伊達市教育委員会

講師がわかりやすく説明!!



ストレッチも丁寧に!!



みんなで楽しみながら
参加できます!!



初めは簡単な
シャドーボウリング!!



スポーツボウリング!!

キレイな施設で美容と健康に!!
生活習慣病の予防に!!

新型コロナウイルス感染症対策にご協力下さい。

●マスクの常時着用 ●受付時の検温実施 ●ソーシャルディスタンスの確保



館内のボール・シューズは全て
アルコール消毒を実施しております。



月曜教室 全6回

2月20日～3月27日

2/20・27 3/6・13・20・27

夜コース

19:00～
約2時間30分

火曜教室 全6回

2月14日～3月28日

2/14・21・28 3/7・14・28

午前コース

10:00～
約2時間30分

午後コース

14:00～
約2時間30分

水曜教室 全6回

2月22日～3月29日

2/22 3/1・8・15・22・29

午前コース

10:00～
約2時間30分

午後コース

14:00～
約2時間30分

木曜教室 全6回

2月16日～3月30日

2/16 3/2・9・16・23・30

午前コース

10:00～
約2時間30分

午後コース

14:00～
約2時間30分

金曜教室 全6回

2月24日～3月31日

2/24 3/3・10・17・24・31

午前コース

10:00～
約2時間30分

午後コース

14:00～
約2時間30分

6週分
お1人様

2,000円

〈税込〉
円

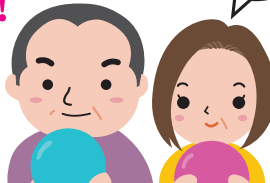
参加に必要な費用はすべて込み!!
＜ゲーム代・貸靴代・教材費・傷害保険料＞

定員

各コース 20名

動きやすい服装でお越し下さい。
ボウリング未経験の方でも大丈夫!!
親切丁寧にお教え致します!

老若男女問わず、
どなたでもお気軽にご参加
頂ける内容になっています♪



※初回日に全額お支払いとなります。※その他費用は一切掛かりません。

お問い合わせ
お申し込みは

公益社団法人

日本プロボウリング協会

健康ボウリング教室受付担当:三上(みかみ)・須藤(すとう)・山田(やまだ)

TEL:070-1264-2304

平日朝10時～19時まで
受付を行っております。
ご不明な点はお気軽
にお尋ね下さい。

●当教室は初心者向けの教室となっております。一度ご参加頂いた方、上級者の方のご参加は当社の判断により、お断りさせて頂く場合がございます。

会場

ROUND1

STADIUM

福島店

〒960-8068

福島県福島市太田町14番18号

TEL:024-525-4731

<健康ボウリング教室申込書>

FAX後、担当者よりお電話を差し上げます。お電話がつながった時点でお申込完了となります。

※2名以上でお申込の場合は、コピーをしてお申込下さい。
※過去に参加された方はお申し込みできません。予めご了承下さい。

ご希望コース（いずれかに○をして下さい。）

月曜教室

2月20日～
3月27日

☐ 夜 コース
19:00～
約2時間30分

火曜教室

2月14日～
3月28日

☐ 午前コース
10:00～
約2時間30分

☐ 午後コース
14:00～
約2時間30分

水曜教室

2月22日～
3月29日

☐ 午前コース
10:00～
約2時間30分

☐ 午後コース
14:00～
約2時間30分

木曜教室

2月16日～
3月30日

☐ 午前コース
10:00～
約2時間30分

☐ 午後コース
14:00～
約2時間30分

金曜教室

2月24日～
3月31日

☐ 午前コース
10:00～
約2時間30分

☐ 午後コース
14:00～
約2時間30分

ふりがな

性別

お名前

男 ・ 女

住所 〒 -

生年月日 T・S・H 年 月 日 年齢 才

電話番号
(携帯電話可)

お申し込みのきっかけ（いずれかに○をして下さい。）

☐ 折り込みチラシ（新聞名: ）
☐ ラウンドワン店頭 ☐ 知人 ☐ その他

※お申し込み頂きました個人情報は、教室の運営以外には使用致しません。

健康ボウリング
教室受付

FAX：024-525-4732

担当：三上(みかみ)・須藤(すとう)・山田(やまだ)

※お電話でお申し込みの場合は、平日朝10時～19時まで受付を行っております。TEL：070-1264-2304



健康ボウリング教室スケジュール



日程	テーマ	内 容
第1週	気軽に 楽しもう	●ボウリングの基礎知識 ●ボウリング用語の説明 ●ボウリング用品の説明 ●ボウリングの投球フォームについて ●ストレッチング ●投球&レッスン ●スコアリング
第2週	ボウリングの 楽しみ方	●ボウリングの健康効果① ●ハンディキャップの説明 ●きれいな投球フォームのコツ ●1番ピンの狙い方 ●ストレッチング ●投球&レッスン ●スコアリング
第3週	楽しく上手に!	●ボウリングの健康効果② ●スコアの付け方 ●ストライクの狙い方 ●投球方式の説明 (アメリカン方式) ●ストレッチング ●投球&レッスン ●スコアリング ●ボウリングマシン見学
第4週	楽しく かっこよく!	●ボウリングの健康効果③ ●スベアの狙い方 ●ストレッチング ●投球&レッスン ●スコアリング
第5週	楽しく健康に!	●ボウリングの健康効果④ ●ストレッチの大切さ ●ストライクの理論 ●マイボールの秘密 ●ストレッチング ●投球&レッスン ●スコアリング
第6週	もっと楽しく もっと健康に	●ボウリングで楽しく健康に ●ストレッチング ●投球&レッスン ●スコアリング ●表彰等