

PCCSクラブ <カーツ>モニターメンバー応募シート

ご希望コース
 1. ブライダルダイエットコース
 2. 産後ダイエットコース
 3. マラソンコース

記入日：20 年 月 日

※希望のコースに○を付けてください

ふりがな ----- お名前	生年月日 19 年 月 日 (満 歳)				
ふりがな ----- お住所 (連絡先) 〒 -	※いずれかに○を付けてください 配偶者 (有・無) 子供 (有・無) 名 歳				
PCメールアドレス	電話番号 ()				
	携帯電話 ()				
PCメールアドレス @					
身長 cm	体重 kg	体脂肪率 %	バスト cm	ウエスト cm	ヒップ cm
スポーツ歴 (ex. 部活動でバレーボール など) なしの場合は「なし」とご記入ください					
現在の運動習慣 (ex. 週1回ウォーキング、Wii Fit など) なしの場合は「なし」とご記入ください					

1. ブライダルダイエットコースをご希望の方は下記ご記入ください

結婚予定日： 年 月 日
目標 体重： kg (- kg)

2. 産後ダイエットコースをご希望の方は下記ご記入ください

出産前体重： kg	※現在の体重： kg	／ 体重差 kg
目標 体重： kg	(- kg)	

3. マラソンコースをご希望の方は下記ご記入ください

フルマラソンの経験はありますか？	はい ・ いいえ
km / 現在のタイム： 時間 分	(完走日： 年 月 日)
km / 目標のタイム： 時間 分	(参加予定日： 年 月 日)

★オリエンテーション参加希望日時
 A. 11月4日 (火) 13:30～15:00
 B. 11月4日 (火) 18:30～20:00
 C. 11月4日 (火) 19:30～21:00

※A・B・Cのいずれかに○を付けてください