

# ※下にスクロールして 各注意事項をお読みください。

## 緑スポーツセンターをお車でご利用なられる方へのお願い

- ①周辺道路は（※右図：赤い箇所）  
道幅が狭いため駐停車できません。  
※スポーツセンター前で渋滞になり、近隣  
の方の交通の妨げにもなるため、とても  
危険です。
- ②送迎でも周辺道路には駐停車できませんの  
で、施設駐車場か近隣コインパーキング等  
をご利用ください。
- ③緑スポーツセンターに車で来られる方は、  
交通渋滞等を防ぐため、右図の水色の矢印  
の方向から来館するようお願いいたします。
- ④施設駐車場をご利用の方は、施設のご利用  
終了後には、早めの駐車場の入替えにご協  
力ください。
- ⑤駐停車や乗り降りのトラブルについては、  
緑スポーツセンターは一切の責任を負いま  
せん。  
※トラブル等の回避のため、緑警察署に  
連絡することもあります。



★駐停車は近隣の方に大変な迷惑行為になり、また事故等も  
引き起こしやすいため、公共交通機関でのご来館をお願い  
いたします。※緑警察署からの指導を受けています。

# 「各種目・フィットネス系教室」に参加の皆さまへ

## 【持ち物】

- ・室内シューズと運動のできる服装、タオル、水筒(蓋つきのもの)などをお持ちください。  
ジーンズなど伸縮性のない服装は避けてください。

### ◎卓球・バドミントンに参加される方へ

各自でラケットをご用意ください。

※ラケットをお持ちでない方は、スポーツセンターでお貸しいたします(数に限りがあります)。

ラケットの購入等につきましては、教室指導者にご相談ください。

### ◎ヨガ・ピラティスに参加される方へ

裸足で行いますので室内シューズは用意しなくて結構です。ヨガマットはスポーツセンターにございますのでご利用ください。

## 【注意事項】

- ・窓口でお支払いの方は、お支払い時にお渡ししたレシートを教室終了まで保管をお願いします。
- ・荷物は教室開催場所にお持ちいただくか、ロッカーにお入れください。また、なるべく貴重品はお持ちにならないようお願い致します。紛失した場合、当センターでは責任を持てません。貴重品は、無料の貴重品ロッカーをご利用ください。ご利用の際は、受付にお申し出ください。
- ・参加者以外の受講はできません。安全管理上、見学者の体育室への入室もご遠慮ください。

### ※お子様連れでの参加はできません

- ・怪我や事故を事前に防ぐため、必ず準備体操を十分に行ってから参加してください。
- ・教室中に怪我等をしてしまった場合は、職員か指導者に必ずお申し出ください。

### ※参加料に保険料が含まれておりますが、すべての怪我等に対応できない場合がございます。

- ・教室終了後は使用物品等の消毒・清掃にご協力をお願いします。
- ・駐車場のご利用は台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

### ※緑スポーツセンターの周辺道路は、道幅が狭くカーブも多いため、駐停車はご遠慮ください。

自転車で来館された方は、駐輪場をご利用ください。

- ・参加料の返還は、原則としてできません。予めご了承ください。

♪最終日まで、楽しく参加しましょう♪

【お問い合わせ先】

横浜市緑スポーツセンター

TEL 045-932-0733

# 「健康教室」に参加の皆さまへ

## 【教室の目的】

健康づくり教室では「健康維持増進」を目標に、運動の大切さや楽しさを知っていただきたいと考えています。さらに、今後の生活を考えたうえで運動の習慣化を目指して教室を進めていきます。

また、参加者同士楽しく運動ができるように指導をしていきます。

## 【内容】

健康教室の内容は、身体を動かすことを中心に行います。各教室によって内容は異なりますが、今後の身体能力を維持・向上していく為に、教室ごとに考慮して運動を進めていきます。

## 【持ち物】

- ・室内シューズと運動のできる服装、タオル、水筒(蓋つきのもの)などをお持ちください(ジーンズなど伸縮性のない服装は避けてください)。

◎シルバー健康体操に参加される方へ

130cmの日本手ぬぐいをお持ちください。お持ちでない方は初回到講師へご相談ください。

## 【注意事項】

- ・窓口でお支払いの方は、お支払い時にお渡ししたレシートを教室終了まで保管をお願いします。
- ・荷物は教室開催場所にお持ちいただくか、ロッカーにお入れください。また、なるべく貴重品はお持ちにならぬようお願い致します。紛失した場合、当センターでは責任を持てません。貴重品は、無料の貴重品ロッカーをご利用ください。ご利用の際は、受付にお申し出ください。
- ・参加者以外の受講はできません。安全管理上、見学者の体育室への入室もご遠慮ください。

### ※お子様連れでの参加はできません

- ・怪我や事故を事前に防ぐために、必ず準備体操を十分に行ってから参加してください。
- ・教室中に怪我等をしてしまった場合は、職員か指導者に必ずお申し出ください。

### ※参加料には保険料が含まれておりますが、すべての怪我等に対応できない場合がございます。

- ・教室終了後は使用物品等の消毒・清掃にご協力をお願いします。
- ・駐車場のご利用は台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

### ※緑スポーツセンターの周辺道路は、道幅が狭くカーブも多いため、駐停車はご遠慮ください。

自転車で来館された方は、駐輪場をご利用ください。

- ・参加料の返還は、原則としてできません。予めご了承ください。

♪最終日まで、楽しく参加しましょう♪

【お問い合わせ先】

横浜市緑スポーツセンター

TEL 045-932-0733

# 「親子教室」に参加の皆さまへ

## 【持ち物・服装】

1. 運動着は伸縮性があり、汗をよく吸うものを着用するようにしてください(ジーンズなどの伸縮性のない服装は避けてください)。着替えは更衣室で行い、荷物は更衣室内ロッカーを使用するか、体育室へお持ちください。
2. 運動着の前に、名前が分かるよう名札をつけていただきますようお願いいたします(任意)。ピンの装着は安全上避けて、テープや白い布に書いて縫いつけてください。
3. 汗をたくさんかきますので、水分補給のために必ず水筒(蓋付きのもの)をご持参ください。また、健康・衛生上、着替えや汗拭きタオルを用意してください。

※親子リトミックにご参加の方は、クレヨン・折り紙・おえかきちょう・タンバリン・両面テープをご持参ください。

※親子リトミック、親子体操コアラは冬期のみ室内シューズが必要です。

## 【注意事項】

- ・窓口でお支払いの方は、お支払い時にお渡ししたレシートを教室終了まで保管をお願いします。
- ・開始時間までにトイレや着替えをすませて体育室へお入りください。体育室へは、開始時間まで入室できません。続けてクラスがある場合は、入れ替えの際、体育室入り口付近の混雑が予想されます。着替えや準備は、更衣室でお願いします。
- ・荷物は教室開催場所にお持ちいただくか、ロッカーにお入れください。また、なるべく貴重品はお持ちにならぬようお願い致します。紛失した場合、当センターでは責任を持てません。貴重品は、無料の貴重品ロッカーをご利用ください。ご利用の際は、受付にお申し出ください。
- ・安全管理上、参加者以外の入室はお断りいたします。
- ・駐車場のご利用は台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

**※緑スポーツセンターの周辺道路は、道幅が狭くカーブも多いため、駐停車を禁止しています。送迎等での駐停車はご遠慮ください。**

自転車で来館された方は、駐輪場をご利用ください。

- ・健康管理には十分注意し、無理をせずにご参加ください。また、教室中に怪我等をしてしまった場合は、職員か指導者に必ずお申し出ください。

※参加料には保険料が含まれておりますが、すべての怪我等に対応できない場合がございます。

- ・感染しやすい病気(アタマジラミ・水いぼ：伝染性軟疣腫・とびひ：伝染性膿痂疹など)にかかっている場合は、完全に治るまで、欠席してください。
- ・妊娠が分かった場合は必ず職員にご相談ください。※お腹のお子様に関しては保険適用外となります。
- ・参加料の返還は原則として出来ません。予めご了承ください。

♪最終日まで、楽しく参加しましょう♪

【お問い合わせ先】

横浜市緑スポーツセンター

TEL:045-932-0733



# 「幼児・ジュニア教室」に参加の皆さまへ

## 【持ち物・服装】

1. 運動着は伸縮性があり、汗をよく吸うものを着用するようにしてください(ジーンズなどの伸縮性のない服装は避けてください)。着替えは更衣室で行い、荷物は更衣室内ロッカーを使用するか、体育室へお持ちください。
2. 運動着の前に、名前が分かるよう名札をつけていただきますようお願いいたします(任意)。
3. 汗をたくさんかきますので、水分補給のために必ず水筒(蓋付きのもの)をご持参ください。  
また、健康・衛生上、着替えや汗拭きタオルを用意してください。
4. 室内シューズをご持参ください。※教室によっては裸足で行います。開催内容をご確認ください。  
※バレエ教室はバレエシューズをご持参ください。先生へのご相談も承ります。

## 【注意事項】

- ・ 窓口でお支払いした方は、お支払い時にお渡ししたレシートを、教室終了まで保管をお願いします。
- ・ 開始時間までにトイレや着替えをすませて体育室へお入りください。体育室へは、開始時間まで入室できません。続けてクラスがある場合は、入れ替えの際、体育室入り口付近の混雑が予想されます。着替えや準備は、更衣室でお願いします。
- ・ 貴重品は体育室へお持ちにならないようお願い致します。紛失した場合、当センターでは責任を持ちません。無料の貴重品ロッカーをご利用ください。ご利用の際は、受付にてお申し出ください。
- ・ 安全管理上、参加者以外の入室はお断りいたします。

- ・ 駐車場のご利用は台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

**※緑スポーツセンターの周辺道路は、道幅が狭くカーブも多いため、駐停車はご遠慮ください。送迎等での駐停車もご遠慮ください。** 自転車は、駐輪場をご利用ください。

- ・ 健康管理には十分注意し、無理をせずにご参加ください。教室中に怪我等をしてしまった場合は、職員か指導者に必ずお申し出ください

※参加料には保険料が含まれておりますが、すべての怪我等に対応できない場合がございます。

- ・ 感染しやすい病気(アタマジラミ・水いぼ:伝染性軟疣腫・とびひ:伝染性膿痂疹など)にかかっている場合は、完全に治るまで、欠席してください。
- ・ 参加料の返還は原則として出来ません。予めご了承ください。

## 【見学について】

- ・ 研修室で行う教室については、室内が狭く見学スペースを確保できない為、見学ができません。  
※キッズバレエ・ジュニアバレエ・キッズ HIPHOP・ジュニア HIPHOP・こども空手
- ・ その他の教室は、全回数見学可能ですが、室場の広さやプログラム上、見学出来ない教室もあります。  
※ジュニアバドミントン(水・木)はプログラム上見学をご遠慮いただいております。  
※教室進行の妨げになるような私語はご遠慮ください。飲食はロビーでお願いします。  
※怪我の恐れがありますので、下のお子さまは必ず抱っこしてご見学ください(保険の対象にはなりません)

最終日まで、楽しく参加しましょう♪ 【お問い合わせ先】 横浜市緑スポーツセンター

TEL:045-932-0733