

身 体 リ フ レ ッ シ ュ

ピラティス

ココロとカラダを元気に！

家事・育児で疲れた身体をリフレッシュ！

託児を利用しない方も
ご参加いただけます

託児
あり



2025年 3月28日(金)

【時間】 9:30～10:30

【料金】 700円（託児1子につき＋500円）

【会場】 第3体育室（託児：研修室でお預かりします）

【定員】 20名（託児受入れ可能人数：10名）

【託児対象】 6か月～未就学児

【申込方法】 電話または受付にて（先着順）

【申込期間】 託児利用：3月11日(火)～3月23日(日)

託児なし：3月11日(火)～当日

【持ち物】 運動しやすい服装、タオル・飲み物（蓋付き）

※マットは貸出有（お持込みも可）

※託児利用の場合は託児に必要な物

注意事項

- ・健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の診断を受けてからご参加ください
- ・安全管理と事故防止のため、参加者以外の方の入場はできません。
- ・教室開始時間を10分経過してからの参加は、ケガ防止のためご遠慮ください。
- ・こちらの教室は、スポーツ傷害保険に加入しております。
- ・受講中に怪我や気分が悪くなった場合は、すぐに指導者に申し出てください。
- ・支払い後の返金はいたしかねます。あらかじめご承知おきください。
- ・天候や自然災害等により開催の中止や変更が発生する場合があります。

戸塚スポーツセンター

横浜市戸塚区上倉田町477

TEL：045-862-2181

戸塚スポーツセンター



施設HP

