

<教室参加の注意事項>

- ◆ご本人の都合によるキャンセルの場合、一度納めた参加料は原則としてお返しいたしませんのでご了承ください。
- ◆靴は取り間違い防止のため、更衣室ロッカーに入れるか、袋に入れて室内へお持ちください。
- ◆可能な限り「運動のしやすい服装」でお越しください。
- ◆貴重品は貴重品用ロッカーをご利用ください。
- ◆教室会場内の出席簿に○印を付けてください。(欠席される場合の事前連絡は不要です)。
- ◆安全管理・事故防止のため、受講しない方の体育室入室や代理の方の参加は出来ません(小さなお子さまの抱っこやおんぶでの参加もご遠慮ください)。
- ◆傷害保険に加入しています。教室中に事故(ケガなど)があった場合は、その場で指導員までお知らせください。後日の申し出の場合、対応できない場合がありますので、必ず当日中にお申し出ください。
- ◆ご来館の際は、公共交通機関をご利用ください。駐車場代は有料です。
- ◆日程については、別紙「日程表」をご確認ください。変更が生じた場合は、教室内でお知らせいたします。
- ◆天候や施設都合により教室開催の中止や変更が発生する場合がございます。
- ◆教室内のビデオ・写真撮影については、個人で観賞することを目的とした、記念・記録用としての撮影は可能です。ホームページやブログなど、外部への掲載は一切お断りいたします。
※親子体操教室は、安全確保のため教室中の撮影はご遠慮ください。

<大人の教室>

○服装・持ち物

- ・運動のしやすい服装…スポーツウエアなど伸縮性があり、汗をよく吸うもの
- ・室内用運動靴(ヨガ、フラダンス、ピラティスは裸足で行うため不要です)。
- ・タオル・飲み物…キャップ付のもの(水筒またはペットボトル)でお持ちください。

☆卓球教室は、苗字を記入した名札をご用意ください。

☆卓球/バドミントンのラケットをお持ちの方は可能な限りご持参をお願いします。

貸出用ラケットの用意もごございます。

☆ヨガ、ピラティス、「リズムに乗ってエンジョイさわやか体操」、「水曜朝の体操」、「金曜昼の体操」、「一番やさしい健康体操」、「女性健康体操」、「背骨コンディショニング」は、ヨガマットまたはバスタオル、ウェットティッシュ(マット消毒用)を可能な方はお持ちください(ヨガマットは貸し出しもごございます)。

○お願い

- ・教室終了後に清掃(モップがけ)のご協力をお願いします。
- ・血圧計の貸し出しはごさいません。ご来館前に体調チェックをお願いします。

