

## <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。
- ◆室内は空調を入れていますが、個人差がありますので、各自で寒暖調整をお願いします。
- ◆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ざいません)。

### ○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ざいません。ご来館前に体調チェックをお願いします。

## <親子・子どもの教室>

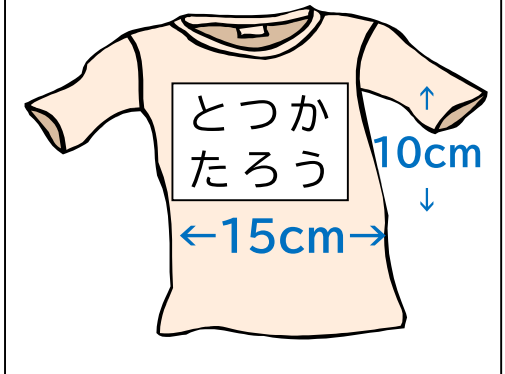
### ○服装・持ち物

- ・**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  
指導者がお子様の名前を覚えられるよう、お子様のみ名札をつけてください。  
(安全ピンは危険なため、直接縫い合わせてください)。
- ・**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。
- ・**室内用運動靴**…下記の表をご確認ください。

※靴下、ストッキング等での参加は事故の原因となるため、運動靴をご用意ください。

教室名	室内用運動靴の有無	
	親	子
赤ちゃんとすくすくにっこり体操	○	-
親子体操 いちご・さくらんぼ(1・2歳児)	-	-
親子体操 花・海(2・3歳児)	○	-
運動あそび(年少・年中)(年中・年長)		○
コーディネーショントレーニング		○
空手(年中・年長、小学1・2・3年生)		-
火曜ジュニアヒップホップA・B		○
土曜J-POPダンスA・B		○
YOKOMAMA TKM タグラグビー		○
横浜ジュニオールフットサル RED・BLACK		○
横浜エクセレンスこどもバスケットボール		○

### <名札 見本>



☆**横浜ジュニオールフットサル**の参加者で可能な方はサッカーボール(4号球)を持参してください。  
ゴム製以外でお願いします。

☆**横浜エクセレンスこどもバスケットボール**の参加者で可能な方はバスケットボール(5号球または6号球)を持参してください。ゴム製以外でお願いします。

☆**コーディネーショントレーニング**の参加者は、雑巾を持参してください。

### ○お願い

- ・共有スペースでは、事故防止の為、お子様から目を離さないようご注意ください。
- ・保護者様は、お子様の送迎を必ず行ってください。
- ・横浜ジュニオールフットサル、横浜エクセレンスこどもバスケットボール、YOKOHAMA TKM タグラグビー教室は保護者の観覧が可能です(2階観覧場所のみ、第1体育室内不可)。
- ・運動あそび、コーディネーショントレーニング教室は保護者様の体育室内での観覧が可能です(第2体育室内に保護者観覧スペースあり)。

### 横浜市戸塚スポーツセンター

住所:横浜市戸塚区上倉田町477番地

TEL:045-862-2181

FAX:045-881-6995

