

＼ヨガもエアロビクスも両方楽しみたい方へ／

# ヨガTOエアロビクス2

音楽に合わせて動いた後は、気持ちよく体を伸ばしましょう！

日時

10/7(水) 11/24(火) 11/26(木) 11/30(月)

10:00～11:00

定員

18歳以上の方 各回30人

受講料

各回500円

会場

北部体育館 剣道場



講師

北部体育館 インストラクター

持ち物

ヨガマット(お持ちの方)、体育館シューズ、  
飲み物、タオル、運動のできる服装  
マスク、500円(受講料)

※来館時は必ずマスクの着用をお願いします。



その他

「スポーツ教室のきまり」をご覧ください。



## 申込方法

9月28日(月) 9:00～

直接窓口または電話にて

事前にお申し込みください。(※申込順)

※申込みの際に氏名・電話番号をお伝え下さい。

※定員になり次第締め切ります。

※会費は開催日当日集金します。



北部体育館 TEL054-255-6262 (公財) 静岡市体育協会

ホームページ <https://shizuoka-sports.or.jp>

公益財団法人静岡市体育協会主催  
スポーツ教室受講生・保護者の皆さまへ

公益財団法人静岡市体育協会

## スポーツ教室のきまり

- ・中学生以下の受講生の行き帰りについては、原則として、保護者が送り迎えをしてください。
- ・受講証を受付窓口に提示して入館してください。(受講証がある教室)
- ・受講証を紛失した場合は再発行しますので、受付窓口に申し出てください。(受講証がある教室)
- ・出席簿に出席印を押してください。
- ・十分な準備運動をして参加してください。
- ・練習場内は原則として飲食禁止です。
- ・必要に応じて休憩および水分補給をおこなってください。
- ・教室中に怪我をしたり、体調が悪くなったりした時は、必ず指導員に申し出てください。
- ・傷害保険に加入しています。保険金額は死亡200万円、入院日額2,000円、通院日額1,000円です。怪我をされた場合(往復途上を含む)の請求手続き等については、施設窓口にお問い合わせください。
- ・手荷物の管理は、更衣室内のコインロッカーを使用する等、各自の責任でおこなってください。
- ・万一、事故や事件、地震等の災害が発生した場合は、指導員および職員の指示に従ってください。また、震度5弱以上の地震が発生した場合は、施設の安全確認がされるまで休講となります。
- ・開講日以後の受講料の還付は、原則としてできません。
- ・施設管理上の理由により振替開催した場合、振替日欠席の受講料は還付できませんので、予めご了承ください。
- ・次の方は教室に参加できません。
  - 受講生以外の方      ■妊娠している方(一部教室を除く)      ■伝染性疾患のある方
  - お子様連れの方      ■医師から運動を禁じられている方      ■酒気を帯びている方
  - 体調の優れない方      ■その他、運営上支障があると判断された方

## 気象警報発表時の実施について

- ・教室開始時刻**2時間前**から教室終了時刻の間に、**静岡市南部に【大雨警報・洪水警報・暴風警報】**のうち、いずれか1つでも発表されている、または発表された場合、**休講または中止**が決定します。振替および受講料の還付はありません。また、静岡県沿岸に**大津波警報**が発表された場合も同様です。(ただし、清水区施設は津波警報で休講・中止とします)
- ・気象警報の発表により、休講または中止が決定した教室は、**警報が解除されても開講しません**。
- ・教室中に気象警報が発表され、**中止となった場合は、指導員の指示に従ってください**。この場合、すべての受講生を出席扱いとします。なお、**中学生以下の受講生は迎えの方が来るまで施設内で待機し、保護者と一緒に帰宅してください**。

※警報の発表状況については、各施設で確認できます。