

《教室の注意事項及び日程》

- (1) 教室の開始時間は、必ず守り、早過ぎたり遅れたりしないようにしてください。遅れて参加される場合は、各自で十分なウォーミングアップを行ってください。
- (2) 室内用シューズ、タオル、着替え、水分補給の飲み物（ふた付き）を必ず持参してください。
- (3) お子様をお連れの場合は、教室の妨げにならないように保護者の方で充分注意してください。けが等されても責任を負いかねます。また、携帯電話の通話をご遠慮ください。他の受講者に迷惑がかかる場合は退出していただく場合があります。
- (4) 申込後の教室の変更や、受講資格を他人に譲渡することはできません。
- (5) 事故や傷害が生じたときは、応急処置のみ行います。安全管理には各自充分注意してください。
- (6) 教室中の盗難等の責任は一切負いません。各自手荷物、靴、傘等はロッカーを使用するなどして各自で管理してください。
- (7) 傷害保険に加入しています。教室中に怪我等あればお問い合わせください。
- (8) 気象条件やその他の影響により急遽休講になる場合は、体育館から個別のご連絡はできかねますので公式LINEの登録もしくは施設ホームページ『岸和田市総合体育館 ミズノ』で検索、確認をお願いいたします。

教室名		日程				
		1/7	1/14	1/21	1/28	2/18
①体幹トレーニング1 11:00～12:00	火曜日	1/7	1/14	1/21	1/28	2/18
		2/25	3/4	3/11	3/18	3/25
②健康美体操 (レディー) 10:00～11:00 ③健康イキイキ体操 13:00～14:00 ④子ども体操 16:00～17:00	水曜日	1/8	1/15	1/22	1/29	2/5
		2/12	2/19	2/26	3/5	3/12
⑤幼児体操 15:00～16:00	木曜日	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6
		2/13	2/20	2/27	3/6	3/13
⑥体幹トレーニング2 19:00～20:00	金曜日	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7
		2/14	2/21	2/28	3/7	3/14

※①②8/2付日程変更

※2024.10.21