

秋葉台文化体育館オープン教室再開に伴う変更について

再開にあたっては、感染防止対策を講じる必要があるため、教室内容や定員などを変更させていただきます。また、参加申込の方法は、**事前申込（電話受付）による月単位での受付**とさせていただきます。ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

- 当面の間、**利用対象者は市内在住・在勤・在学の方**とさせていただきます。
- 各教室の定員は20～30名とさせていただきます。詳細は「オープン教室再開一覧」をご確認ください。
- 実施時間は60分とさせていただきます。
- 教室毎に**月単位での事前申込制**とさせていただきます。（当日参加はできません）
受講料は、参加当日にチケットをご購入ください。
- 事前申込をされたお客様は、「**感染防止チェックリスト**」をダウンロードしていただき、ご署名の上、実施会場までお持ちください。
- 開始20分前から入場**することができます。入場の際「検温の実施」と「手指の消毒」にご協力ください。また、開始後5分以降の入場につきましてはご遠慮ください。
- 欠席される場合は、事前に秋葉台文化体育館（☎0466-88-1111）までご連絡ください。

《当日の流れ》

参加チケット購入➡ 開始20分前から入場可➡ 検温および手指消毒➡
(初回のみ) チェックリスト回収➡ チケット回収および参加名簿へのチェック

※参加時に検温をさせていただきます。**37.5℃以上**の場合、ご参加をお控えいただきます。

※飛沫感染防止のため、原則マスク等をご着用ください。

※感染防止のため、実施会場入口にて手指の消毒（または手洗い）にご協力ください。

※これまでどおり無料のマットを貸出いたしますが、出来る限り「My（ヨガ）マット」の持参にご協力ください。

※冷水器の使用は当面の間、中止させていただきます。ペットボトルなど、蓋の閉まる容器で飲料水をご持参ください。

※更衣室について、一度の利用人数を制限しています。混雑緩和のため、ご自宅等で更衣を済ませた後からのご来館にご協力ください。

※感染防止のため入場の際に、感染防止策チェックリストの項目に即して確認させていただきます、入場をお断りする場合があります。

【秋葉台文化体育館オープン教室再開一覧】

1. 朝のリフレッシュヨガ（定員 30 名） 講師：田山先生
開催予定日： 9/7,14,28（月） 9：40～10：40 ※9：20 入場可
開催会場： 秋葉台文化体育館第2 体育室（3 階）
教室内容： 深い呼吸とともにカラダ全体を動かしリフレッシュを目的とした教室です。
申込受付： 8/31（月） 11：00 から先着順（電話受付）
2. ペルビックヨガ（定員 20 名） 講師：井上先生
開催予定日： 9/7,14,28（月） 13：45～14：45 ※13：25 入場可
開催会場： 秋葉台文化体育館第3 体育室（2 階）
教室内容： 身体の要である骨盤を中心に全身の調整をおこなう教室です。
申込受付： 8/31（月） 14：00 から先着順（電話受付）
3. ボディシェイプ火曜日（定員 30 名） 講師：立花先生
開催予定日： 9/15,29（火） 9：40～10：40 ※9：20 入場可
開催会場： 秋葉台文化体育館第2 体育室（3 階）
教室内容： 息があがりすぎない程度のシンプルエアロとヨガを組み合わせた教室です。
申込受付： 9/8（火） 14：00 から先着順（電話受付）
4. ピラティス（定員 20 名） 講師：井上先生
開催予定日： 9/1,8,15,29（火） 13：30～14：30 ※13：10 入場可
開催会場： 秋葉台文化体育館第3 体育室（2 階）
教室内容： 体の奥にあるインナーマッスルを整え美しい姿勢づくりを目的とした教室です。
申込受付： 8/28（金） 11：00 から先着順（電話受付）
5. ボディシェイプ水曜日（定員 30 名） 講師：吉山先生
開催予定日： 9/2,9,16,30（水） 9：40～10：40 ※9：20 入場可
開催会場： 秋葉台文化体育館第2 体育室（3 階）
教室内容： 軽いエアロビクスと筋トレ&ストレッチをバランスよく組み合わせた教室です。
申込受付： 8/28（金） 14：00 から先着順（電話受付）
6. ボディシェイプ土曜日（定員 20 名） 講師：立花先生
開催予定日： 9/19（土） 10：00～11：00 ※9：40 入場可
開催会場： 秋葉台文化体育館第3 体育室（2 階）
教室内容： 9 月は「ヨガ」をおこないます。
申込受付： 9/12（土） 14：00 から先着順（電話受付）

以上