

「アフタヌーン・ピラティス」教室

受講のみなさまへ

回	開催日	回	開催日	時 間
1	9月30日(水)	6	11月4日(水)	12:30~13:30
2	10月7日(水)	7	11日(水)	
3	14日(水)	8	18日(水)	
4	21日(水)	9	25日(水)	
5	28日(水)	10	12月2日(水)	

講師；青田 直子

- 毎回ご用意いただくもの
(1) 運動できる服装、タオル、飲み物、マット（お持ちの方のみ）、室内移動用スリッパ又はシューズ
- 毎回の受付
(1) 開講時間の**15分前**から受け付けます。
(2) 1階階段前の長机に「出席簿」が置いてあります。出席印を押してから**2階軽運動室**にお入りください。
- 体の調子が悪いときは無理をしないでください。また、受講中に体の調子が悪くなったときは、すぐに中止して講師にお知らせください。**万一事故が起きたときは、応急措置と傷害保険の手続きを除いて責任を負いかねますので、無理をせずケガのないように十分ご注意ください。**
- 次の事故が起きたときは、傷害保険の対象となりますので、1階事務室までお知らせください。
(1) 受講中に起きた事故
(2) 教室参加のため、自宅と会場を通常の経路で往復中に起きた事故
(詳しくは、スポーツ・レクリエーション傷害補償制度のおしらせをご参照ください。)
- 盗難防止のため、必ずロッカー（100円リターン式）をご利用ください。
- 次の場合、教室は変更または中止いたします。
(1) 暴風（雪）特別警報、暴風（雪）警報のいずれかが名古屋市に発令中の場合。また、教室開始の2時間前までに上記警報等が解除されていない場合。
(2) 震災・事故、その他教室の開催が困難な特別の事情のある場合。
(3) 東海地震注意情報発表・警戒宣言が発令された時。
(4) 南海トラフ地震注意情報発表・警戒宣言が発令された時。
- お申し込み後は、原則として本教室の申し込み契約を解除できません。また納入された受講料等はお返しできません。（詳しくは窓口までお尋ねください。）
- 駐車場の数が限られており、満車状態が続くことがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

【お問い合わせ先】名古屋市黒川スポーツトレーニングセンター
TEL (052) 982-2770
FAX (052) 982-2775