

## 美ボディメイク 教室受講の皆様へ

- 1 管理事務室受付に出席簿が設置してあります。受付は開講時間の15分前より始めます。毎回、出席簿に押印して会場（軽運動室）に入ってください。
- 2 体の調子の悪いときは、無理をしないで下さい。また、受講中に変調をきたしたときは、すぐ中止するか講師に申し出て下さい。スポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けておりますが、万一事故が起きた場合、応急処置と給付手続きを除いて責任を負いかねますので、無理をしないで怪我のないよう十分ご注意ください。
- 3 盗難防止のため、必ずコインロッカー（大型20円・小型10円）をご利用ください。
- 4 次の場合、教室を変更または中止いたします。
  - ① 名古屋市で開講2時間前に暴風警報又は暴風雪警報（いずれも特別警報含む）が発表されている場合。
  - ② 震災・事故、その他教室の開催が困難と判断した場合。（当館にご確認ください）
- 5 お申し込み後は、原則として本講座・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原則としてお返しできません。
- 6 駐車場には限りがありますので公共交通機関をご利用ください。

<内容> 体脂肪を減らせる運動をすることで、美しい体型を目指します。

**スポーツ教室受講によるNESPAポイントカード  
引換は事務室までお声がけください！**

<持ち物について>

運動できる服装、汗を拭くタオル  
バスタオル、水分補給用の飲み物  
をご用意ください。 ※シューズ不要

★開講時間 10時00分～11時00分

| 回 | 開講日<br>(全木曜日) | 回  | 開講日<br>(全木曜日) |
|---|---------------|----|---------------|
| 1 | 5/14          | 6  | 6/18          |
| 2 | 5/21          | 7  | 6/25          |
| 3 | 5/28          | 8  | 7/2           |
| 4 | 6/4           | 9  | 7/9           |
| 5 | 6/11          | 10 | 7/16          |

講師：有限会社リーブ インストラクター

！お問合せ先 名古屋市中スポーツセンター  
TEL(052)232-2327 FAX(052)232-2364

「指定管理者：（公財）名古屋市教育スポーツ協会 NESPA」