

## 5月のレッスン受講について(お願い)

新型コロナウイルス感染拡大の状況を踏まえ、以下の対応を取らせていただきます。

新型コロナ  
感染防止対策に  
ご協力下さい！  
一人一人が心がけましょう

### 参加予約が必要なレッスン

(月)

・やさしいヨーガ

・STRONG  
NATION®

(水)

・かんたん  
エクササイズ

(木)

・リトモス

(金)

・ナニ・アロハ

※予約が必要なレッスンでは、予約された方のみ参加可能です。当日、人数に余裕があっても必ず予約をしてから参加して下さい。

※その他のレッスン受講には予約は要りません。

※参加人数が多くなる場合、一部のレッスンを再度予約制にする可能性があります。

※レッスン週1コースの方は予約不要です。(日曜レッスンが予約制になる場合を除く)



レッスンを予約された後、やむを得ず欠席される場合は、**必ずキャンセルのご連絡をお願いします。**  
お手数ですがご協力をお願いいたします。

### ご予約方法

■レッスンの3日前9:00から電話または温水プール窓口にて受付します。(本人に限る)  
※金曜のレッスンは水曜から予約可(火曜休館日のため)



予約の際は、希望のレッスン名・受講者名・会員番号(赤いカードの番号下4桁)をお伝え下さい。



### 注意点

#### ■レッスン時もマスク着用をお願いいたします！

※こまめな水分補給や休憩を行い、熱中症にも気をつけましょう。

#### ■レッスン連続受講は可能ですが、参加者が多くなる場合はご遠慮下さい。なお、スタジオ内の消毒の際は一度退出していただきますようお願いいたします。

- ・風邪の症状が続いている等、体調面に不安がある方は参加をお断りしております。
- ・入館、退館時は手指消毒とマスク着用をお願いいたします。
- ・更衣室内でもマスクを着用し、会話はお控え下さい。
- ・2メートル程度を目安に、お互いに距離をとってご利用下さい。
- ・共有スペースでの長時間の会話、滞在はお控え下さい。(レッスン後は速やかにご退出願います)
- ・マットを使用するレッスンではマイマットのご使用をお願いします。



ソーシャル



ディスタンス

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

【 お問い合わせ・予約受付 】

NPO法人SEIBUスポーツクラブ事務局

砺波市温水プール内

TEL 0763-33-3077