

教室プログラム再開のお知らせ

3月より休講となっていました教室プログラムですが、6/1(月)より定員制限やウィルス対策のルール等を設けてプログラム再開致します。利用者の皆様におかれましては体調を十分に整えた上でご参加ください。

◆実施場所:大阪狭山市立総合体育館

曜日	時間	プログラム名	備考
月	13:30~14:30	ボディメイク	定員：10名 (先着順)
火	13:30~14:30	肩・腰 スッキリ	定員：10名 (先着順)
水	15:00~16:00	ピラティス	定員：18名 (先着順) ※予約は2日前の午前10:00から電話申し込み可 総合体育館：072-365-5250
金	18:30~20:00	すもう教室	定員：10名 (先着順)

◆実施場所:大阪狭山市立池尻体育館

曜日	時間	プログラム名	備考
木	9:30~10:30	やさしいエアロビクス	定員：8名 (先着順) ※予約は2日前の午前10:00から電話申し込み可 池尻体育館：072-365-7303

注意事項

- ・体調のすぐれない方はプログラム参加をご遠慮下さい。
- ・定期的に休憩を入れます。水分補給や手洗いうがい等を行ってください。
- ・換気の為、プログラム途中で窓を開ける場合がございます。
- ・プログラム終了後、使用した道具につきましてはスタッフにて消毒等致します。

【回数券お持ちの方へ】

2020年5月31日まで期限の回数券は**2020年12月31日**まで期限を延長致します。