

2023年度 健康体操教室 実施要項

★1期5回（通年・継続制コース）

曜日	教室名	時間	参加費 (5回分)	対象	定員
金	健康体操A	13:00~14:00	2,000円	60歳以上	30人
	健康体操B	14:10~15:10			30人

◎日程表

	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
1期	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19
2期	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23
3期	6/30	7/7	7/14	7/21	7/28
4期	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29
5期	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10
6期	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15
7期	1/5	1/12	1/19	1/26	2/2
8期	2/9	2/16	3/1	3/8	3/15

受付開始日
3/24
5/20
6/24
7/29
9/30
11/11
12/16
2/3

※感染拡大防止のため、内容の変更または中止になる場合があります。

★受付開始日（1期）

・2023年3月24日（金） 9:00～来館による先着順

※8:45～整理券配布（整理券は1人につきご家族分のみ）

・申込み用紙に必要事項を記入し、参加費を添えてお申し込みください。

・次期を継続して参加される場合は、参加されている期の最終日（5回目）までにお支払いください。

※2期～8期は継続優先

※連続する複数期の申込みも可能です

・次期より参加される場合は、前期最終回日の翌日からお申込みが可能です。

★持ち物

・運動しやすい服装・水分補給用の飲み物・タオル

いばらきしゅつ
市民体育館

指定管理者：シンコースポーツ・日本管財共同事業体

〒567-0873 茨木市小川町2-1
TEL 072-626-3821 FAX 072-622-0785
HP:<https://ibaraki-gym.com/>



★教室参加上の注意

- 教室参加後は教室の変更・取消および納入された参加費の返金はできません。
- 教室に参加していない方の入室はできません。
- 教室中は講師・スタッフの指示に従ってください。
- 教室に参加される方は、事前に健康上問題ないことをご確認のうえ参加ください。
- 教室参加中に事故・傷害が生じた場合は応急処置のみおこないます。
- 傷害保険に加入していますので、ケガをした場合は必ず講師または体育館スタッフにお知らせください。
- 暴風警報発令時や災害等で臨時休館となった場合は教室を中止します。
- お申込み時にいただく個人情報については、個人情報・茨木市個人情報保護条例を遵守し厳正に管理します。
- 貴重品等の持ち物は各自で保管してください。紛失・盗難等の責任はおりません。

スポーツ教室参加にあたり、下記の内容をお読みの上、ご参加いただきますようお願いいたします。
ご協力をよろしくお願いいたします。

○検温について

来館前に検温し、37.5℃未満であることを確認してください。

当日37.5℃以上の熱がある方は参加できません。

○ソーシャルディスタンスについて

教室中の整列時やロビーで待機する時は一定の距離を空けるなどソーシャルディスタンスを守ってください。