

2020年 健康アップ教室

「さわやか健康体操」・「ベーシックフィットネス」再開についてのお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、長期に渡る、臨時休館により多大なるご迷惑、ご心配をおかけしておりますこととお詫びいたしますと共に、寛大なるご理解、ご協力を賜り、心からお礼申し上げます。

上記の教室について、利用の制限を設けさせていただき、再開いたします。

皆様にはご迷惑およびお手数をおかけいたしますが、何卒ご理解、ご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

	さわやか健康体操(前半)	さわやか健康体操(後半)	ベーシックフィットネス
時間	9:15~10:30	10:45~12:00	10:00~11:30
曜日	水	水	金
定員	30人	30人	30人
予約方法	電話受付		
7月分受付開始日	6月24日 9時~		
持ち物	タオル、飲み物、上靴、ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。		
ご協力・お願い	受付、着替え等の運動を行っていないときにはマスクの着用をお願いします。 平熱を超える発熱がある場合は利用の自粛をお願いします。 密を回避するため、血圧計をお持ちの方は、なるべくご自宅で血圧測定をしてきてください。		

