

親子体操のご案内

1. 教室内容・指導方針

親子で仲良く歩いたり、走ったり、また音楽に合わせてながら踊ったり、スキンシップを図りながら楽しく身体を動かします。また、マットに転がる・ボールを転がすなどの子供の成長に大切な色々な動きをサーキット形式で行います。たくさんの方と触れ合うことで、お子様のコミュニケーション力が高められ、親子での情報交換の場としても最適です。お子様の可能性を広げながら様々なことに挑戦してみましょう。

※お子様のお名前・生年月日でご応募ください。

★担当

*担当者については、変更になる場合がありますので、予めご了承願います。

月曜日 阿部 英子 (アベ エイコ) セントラルスポーツ所属IR
木曜日 船津 早織 (フナツ サオリ) セントラルスポーツ所属IR



2. クラス概要と練習日時

(参加費は税込)

曜日	対象	時間	月	実施日(予定)	回数	参加費	場所(会場)
月曜日	歩行できる お子様 (3歳まで)と 保護者様	11:00~12:00	8	3・17・31	6回	6,600	地下2階 武道場2 (畳あり)
			9	7・14・21			
木曜日①	9:30~10:30	8	6・13・20・27	8回	8,800		
木曜日②			3・10・17・24				

※ご入金後の返金は致しかねます。予めご了承願います。

※入場時間は基本的に時間通りのご案内となります。

※教室実働時間は50分前後となります。(出欠確認・準備、整理運動・お帰り挨拶等含め60分)

※お子様には教室が始まるまで備え付けの備品(鉄棒・マット・跳び箱)には触れさせない様ご協力願います。

3. 服装と持ち物

・動きやすい服装、タオル(汗ふき用)、お飲み物(キャップ付きのペットボトルや水筒をご用意ください。)

※練習は、裸足で行いますので、室内履き等のご用意は必要ありません。

※名札(フルネーム)のご用意をお願い致します。ガムテープや布等を貼って氏名をご記入頂いても構いません。

(お名前をお呼びする際に必要となります。)

4. その他

・**写真撮影(動画含)はご遠慮願います。**

・**感染拡大防止の為、人数制限を設けております。参加者以外の方(ご家族様等)の入室はできませんのでご了承ください。**

・飲酒をされてのご参加はお断り致します。

・一時預かり『ほしのこ1才~未就学児』もごございます。詳細はリーフレットをご覧ください。

・入室人数制限のある期間は見学や体験は中止といたします。

・**1階、地下2階の更衣室は人数制限を設けております。**

可能な限り、ご自宅で着替えをお済ませの上ご来館下さい。

・教室時間は入場、準備、片づけ、終了挨拶までを含めます。終了後は速やかにご退出願います。

・教室終了後にプール・トレーニングエリア等をご使用の場合は利用料が新たに必要となります。

・各種ロッカーは100円リターン式となります。取り忘れにご注意願います。

・貴重品は自己管理願います。地下1階・1階プール受付には貴重品ロッカーをご用意しております。

・**伝染性疾患に罹患されている方は、教室の受講はできません。**

・お休みされる場合の連絡は不要です。長期的にお休みになる場合にはご連絡願います。

・当センター都合によるお休みを除き、振替受講はごさいません。予めご了承願います。

・当施設並びに担当者に重大な過失があった場合を除き、事故・トラブル等の責任は負いかねます。

・規約を遵守しマナーを守り、体調等自己判断、自己責任にてご参加願います。特に教室開始時間に遅れた場合には準備運動をしっかりと行ったうえ、ご参加ください。

・**妊娠をされている方は、医師の承諾後、当センター所定参加同意書にご記入のうえご参加願います。**

次回の募集告知は8月中旬を予定しております。後日改めてご案内申し上げます。(HP、チラシ等にてお確かめください。)

SUBARU総合スポーツセンター

TEL 0422-45-1113

※ご応募方法や注意事項が案内チラシに記載されていますので、必ずご確認のうえお申込ください。