

施設メンテナンスの為日程が変更になりました。

(12/15号の広報さがみはらには、訂正前の日程が掲載されています)

LCA国際小学校北の丘センター

令和3年 体操教室(1~3月)

教室名	日にち	時間	対象	定員	参加料	受付期間
ストレッチ & ヨガ(8回)	1/5、1/19、1/26、2/2、2/16、3/2、3/16、3/23	13:00 ~ 14:00	16歳以上	15	¥6,400	12/22 必着 往復 八ガキ にて受付
ボディバランス(11回) (10回)	1/6、1/13、1/20、1/27、2/3、2/10、2/17、2/24、3/3、 3/10 、3/17	13:00 ~ 14:00	16歳以上	15	¥8,800 ¥8,000	
美骨体操(10回) (9回)	1/7、1/14、1/21、1/28、2/4、2/18、2/25、3/4、 3/11 、3/18	15:30 ~ 16:30	16歳以上	10	¥8,000 ¥7,200	
元気アップ! シニア体操(11回)	1/4、1/18、1/25、2/1、2/8、2/15、2/22、3/1、3/8、3/15、3/22	9:30 ~ 10:30	65歳以上	10	¥8,800	
元気アップ! 水中運動(10回) (9回)	1/7、1/14、1/21、1/28、2/4、2/18、2/25、3/4、 3/11 、3/18	9:20 ~ 10:20	65歳以上	12	¥8,000 ¥7,200	

【教室の応募方法】 往復八ガキにお一人様一枚でお書きください。住所・氏名・年齢・連絡のとれる電話番号・希望教室を明記の上、12/15(火) ~ 12/22(火)必着でお申込みください。応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。

12/23以降は空き教室をご確認の上お申込みください。

〒252-0134 相模原市緑区下九沢2071-1
LCA国際小学校北の丘センター 042-773-5570

【新型コロナウイルス感染対策について】

【コーチ】

マスクを着用します。
教室前後にアルコールで手指の消毒をします。
教室前に検温します。

【参加者】

マスクを着用ください。
更衣室は使用できません。
教室前後にアルコールで手指の消毒をお願いします。
受付時検温させていただきます。
(平熱を超える場合は参加をお断りします。)
教室で使用した備品は、教室終了後に消毒させていただきます。

【感染がわかった場合】

教室開始から終了5日後までに以下の症状が出た場合は、
速やかに北の丘センターへご連絡ください。
《発熱・味覚臭覚異常・倦怠感・息苦しさ・
新型コロナウイルス感染者との濃厚接触》

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	受講する方の	<input type="checkbox"/>	<input type="text" value="2"/> <input type="text" value="5"/> <input type="text" value="2"/> <input type="text" value="0"/> <input type="text" value="1"/> <input type="text" value="3"/> <input type="text" value="4"/>	白紙
返信	受講する方のお名前	希望教室名(曜日・時間)	住所	「希望教室名」行	
	受講する方のご住所	年齢・学年・性別	お名前(ふりがな)	LCA国際小学校北の丘センター	相模原市緑区下九沢
		電話番号			2071ノ1