

# ワンコインスポーツ教室日程表

## ローズアリーナ（アリーナ）

|                  |        |   |             |                                                                         |
|------------------|--------|---|-------------|-------------------------------------------------------------------------|
| バドミントン(基礎コース)    | 1/3使用  | 火 | 10:00～11:30 | 11月…12・26<br>12月…3・10・17・24<br>1月…7・14・21・28<br>2月…4・18・25<br>3月…3・10   |
| ソフトテニス           | 全面     |   | 20:00～21:30 |                                                                         |
| バドミントン(初心者)      |        |   | 20:00～21:30 |                                                                         |
| はじめてエアロ          | 1/4使用  | 水 | 10:00～11:00 | 11月…13・20・27<br>12月…4・11・18・25<br>1月…8・15・29<br>2月…5・12・19・26<br>3月…4   |
| キッズテニス(小学生)      | 1/2使用  |   | 18:00～19:00 |                                                                         |
| テニス(初心者)         |        |   | 20:00～21:30 |                                                                         |
| 体幹トレーニング&ヨガストレッチ | 2F 託児室 | 金 | 14:00～15:00 | 11月…15・22・29<br>12月…13・20・27<br>1月…10・24・31<br>2月…7・14・21・28<br>3月…6・13 |
| トータル・ワークアウト      | 1/4奥側  |   | 19:00～20:00 |                                                                         |

※会場や講師の都合、荒天時は開催の中止、変更をすることがあります。必ずご確認ください。

※○印の教室は、会場の都合により×印の日程を中止します。ご注意ください。

## 教室参加のみなさまへ

### 1 受付について

- ・教室参加、事前に「教室ポイントカード」の登録をしてください。
- ・ローズアリーナ受付カウンターにて、教室受付簿に必要事項記入のうえ、参加費500円をお支払いください。
- ・参加費お支払い後、引換えにアームリングをお受取りください。

↳ 教室参加中、着用ください。終了後は必ず返却してください。

【受付場所】 ●事務所横受付カウンター

### 2 準備・片付けについて

※教室準備・片付けについては、教室設定時間内とします。

- ・準備と後片付けは、参加者みなさまでお願いします。

### 3 貴重品について

- ・自己管理を徹底してください。ロッカー等ご利用の際は、必ずカギを掛けてください。
- ・更衣室内（下駄箱）での、シューズの盗難にご注意ください。荷物と一緒にロッカーへ入れてください。

### 4 市民活動総合補償制度について

教室中のケガ・事故はもとより教室への往復中の事故等も補償されます。万一、ケガ・事故が発生し、入・通院される場合は速やかに報告してください。

【保険内容】

●死亡 500万円 ●入院（日額） 3,000円 ●通院（日額） 2,000円

（注）往復途上の事故も含む。（自動車事故は除く）

※テニス肘(肩)、野球肘(肩)、長年のスポーツ実施による変形性関節症など、スポーツの運動継続・反復的な身体への作用が漸次進展していった結果生じたものは、保険適用外です。

### 5 駐車場について

ローズアリーナ正面の「緑町公園駐車場」をご利用ください。駐車券を事務所まで持参ください。2時間無料の処理をします。

### 6 コインロッカーについて

100円リターン式になっています。盗難防止のため、使用の際は必ず鍵を掛けてください。

### 7 持参物について

- ・屋内シューズ・タオル・水分補給用飲料水など。

### 8 その他

- ・こどもを連れての教室参加はご遠慮ください。（教室申込者除く）
- ・万一の事故等について、主催者は一切の責任を負うことはできません。

※各自で水分補給のための飲み物等をご準備ください。

### 9 荒天時（中止）判断について

※参加者からのご確認をお願いします。

- ・ローズアリーナ(927-9912)にお問い合わせください。

※教室開始1時間前に警報が出されている場合は、中止することがあります。

◎問い合わせ先：公益財団法人 福山市スポーツ協会 スポーツ推進課

ローズアリーナ内 TEL(084)927-9912