

【健康・スポーツ教室受講生の皆さんへ】

☆☆受講前の準備として☆☆

◎用意するもの

服装は・・・トレーニングウェア等の汗をよく吸い、動きやすいもの。

靴（シューズ）・各種目に適したものがあります。総合体育館、武道館、トレーニング室、末広体育館（スタジオ含む）の屋内で実施する教室については**室内用シューズ**を用意してください。

◎**幼児体育教室3～4歳児**・**ぼこ・あ・ぼこ教室**・**幼児体育教室4～6歳児**を受講される幼児の方は、**名前をひらがなで大きく書いたゼッケンを胸と背中**につけてください。また、上記の**各教室**の保護者の方も**室内用シューズ**と動きやすい服装でご参加ください。

◎骨格改善ストレッチ教室やヨガ教室を受講される方は、**バスタオル**を持参してください。

◎背骨コンディショニング教室を受講される方は、**スポーツタオル**を持参してください。

◎バドミントン教室を受講される方は、**ラケット**が必要です。

◎卓球教室を受講される方は、**ラケット（ペンハンドまたはシェイクハンド）**が必要です。

◎各種テニス教室を受講される方は、**硬式テニス用ラケット**が必要です。

☆☆開講日（初日）当日は☆☆

◎日程表を確認して日時・場所をお間違えのないよう開講時間にお集まりください。

◎更衣室は、総合体育館・武道館・トレーニング室・末広体育館・屋外管理棟の各所にあります。

◎盗難予防のため貴重品はなるべく持参しないようにしてください。

◎更衣ロッカー使用は、100円硬貨が必要ですが使用後に返却されます。取り忘れに注意してください。

※総合体育館受付窓口前には貴重品専用ロッカーがあります。

その他、ご不明な事がございましたらお気軽にスポーツセンターもしくは、担当コーチまでお尋ねください。

【スポーツセンター 電話0797-87-5911】

☆☆その他☆☆

◎シャワー（温水）が利用（無料）できます。

◎受講時は、指導者（コーチ）の指示に従ってください。

◎受講されている教室以外への振替制度はございません。

◎お子さま連れの受講はできません。→ 託児制度については上記にお問い合わせください。

◎受講時に健康状態のすぐれない時は、速やかに指導員まで申し出てください。

◎飲食は所定の場所で行ってください。体育館のフロア内や武道館の道場内での飲食は禁止です。

◇健康については、自己で充分管理し決して無理はしないでください。なお、開講中に事故が発生した場合、応急処置は行ないますが、それ以外の責任は負いません。

◇各教室とも定員不足の場合は、開講しない場合もありますのであらかじめご了承ください。

◇宝塚市に警報が発令され（大雨・洪水・暴風・暴風雪・大雪警報）、開講1時間前までに解除されない場合、すべての教室を休講といたします。また、特別警報の発令や大地震の発生、公共交通機関の途絶などで市民生活に著しく影響がある場合も同様です。こちらからはご連絡いたしませんので、気象庁やスポーツセンターのホームページ等でご確認ください。その場合、日程を1週間延ばして実施いたしますが、会場の都合等で実施できない場合は、受講料を返金いたします。

◇受講料の返還について

各期において、教室開講初日の前日までに受講取り消しの手続きをされた場合に限り受講料を返金いたします。（経費として1,000円を差し引いた金額を返金します）その後は、納められた受講料は一切返金いたしません。（手続きには領収書または公的な本人確認証が必要です。）

※お客様から得た個人情報は、個人情報保護法に基づき適切に管理し受講申込にかかる目的以外に使用することはありません。

裏面もお読みください