

## やさしいエアロ、やさしいヨガ、 健康体操、健康ヨガ、 受講するにあたってのお願い

スポーツクラブあさぴーやさしいエアロ、やさしいヨガ、健康体操、健康ヨガに、ご参加いただきありがとうございます。  
講座の安全面、衛生面、健康面、かつ迅速に対応するため、下記を読んでいただき十分理解したうえでご参加くださるよう、よろしくお願い致します。

### 注意事項

- ① 講座15分前から受付を始めます。
- ② 遅刻、早退は参加できません。(正し、レッスン中に体調不良になった場合の早退とアシスタントの遅刻早退は除く)
- ③ 受付時に、必ず会員証を提出してください。忘れた場合は参加できません。
- ④ 室内シューズ(やさしいエアロ、健康体操)を忘れた場合は、参加できません。
- ⑤ レッスン前の場所取りはできません。(ご友人などの)
- ⑥ 万一レッスン中に、体調の変化に気づいたときは、直ちにレッスンを中断し、インストラクターに申し出てください。(応急処置はいたしますが一切の責任を負いません)
- ⑦ レッスン中は、携帯電話の電源をお切りいただくか、マナーモードにしてください。(通話やスマホ操作はご遠慮ください)
- ⑧ レッスン後の掃除は、当番制で行います。
- ⑨ ビジターは、受付時に1回800円をお支払いください。  
(おつりのないようにご協力お願いします)
- ⑩ 感染拡散、ケガ、事故を防ぐため、体調がおもわしくない時は、講座参加の自粛をお願いします。

### \* 持ち物

やさしいエアロ、健康体操は、ドリンク、シューズ  
やさしいヨガ、健康ヨガは、ドリンク、マット、青竹