

託児つき
スポーツ教室

ママスポ広場

(リラックスヨガ教室)

《保育協会員が別室でお子さんをお預りしますので、安心してヨガをお楽しみください》

- ★ 対象 市内に在住・在勤されている女性（託児サービスは1歳児から利用できます）
★ 内容 岡谷市民総合体育館第2B会議室にてヨガを行います。

★ 日時

1月	11日(火)	18日(火)	25日(火)	
2月	1日(火)	8日(火)	15日(火)	22日(火)
3月	1日(火)			

※ 教室の時間は午前10時30分から12時00分までとなります。

※ 託児は10時15分から12時15分までです。(幼児体育室です)

- ★ 講師 岡谷市エアロビック協会指導員
- ★ 費用 受講料 2,000円
スポーツ保険料 大人 1,870円(任意)
- ★ 申込先 岡谷市民総合体育館窓口
- ★ 受付期間 12月10日(金)～12月22日(水)
- ★ 受付時間 9時～21時30分 (第2、4木曜日は休館)
- ★ 定員 15名(託児定員10名)：定員にない次第締め切りとなります。
- ★ その他
- ・スポーツ保険加入者の受講中のケガなどについてはスポーツ保険の適用がありますので、スポーツ振興課にお問合せください。
 - ・申込後のキャンセルによる受講料及びスポーツ保険料の返金はできませんので、あらかじめご了承ください。
 - ・ **バスタオルまたはヨガマットをお持ちください。**

★ 感染症対策

- ・ 当日発熱など体調がよくない方、同居家族に感染が疑われ方がいる場合は、参加できません。
- ・ 受付時やスポーツを行っていない際は、マスクを着用してください。
- ・ こまめな手洗い、手指の消毒等の徹底をお願いいたします。
- ・ 当日、検温し、「健康状態等申告書」にご記入のうえ、ご提出ください。
- ・ 今後の感染症拡大状況によっては、教室が中止または延期になる場合がございますのでご了承ください。

お問い合わせ先

受託者(公財)岡谷市スポーツ協会

TEL 22-8850 FAX 22-8860