

# 栄公会堂



## 8・9月当日受付教室



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催を中止しておりましたが、感染防止対策をしたうえで8月より教室を再開することとなりました。

3密を防ぐため定員数を変更しております。裏面のご参加時の注意事項をご確認のうえ、ご参加いただきますようお願いいたします。

教室名	対象	定員	参加料(1回)	開催日程
昭和の歌声タイム	16歳以上	<del>60名</del> ↓ <b>30名</b>	510円	月曜 10:00～11:30 (受付時間 9:45～10:00) 8月 24日 9月 7日
		電子ピアノの演奏で懐かしの「歌謡曲」や「唱歌・童謡」、「ポップス」「フォークソング」などを歌います。スクリーンに歌詞も出るので安心。お1人でもお気軽に参加できます。		
ナイト・ピラティス	16歳以上	<del>20名</del> ↓ <b>10名</b>	1,020円	月曜 20:00～21:00 (受付時間 19:45～20:00) 8月 24、31日 9月 7、14、28日
		ダイエットや競技力向上に効果的な骨盤や体幹のトレーニング。 お仕事帰りに通いやすい時間です！		
ハッピー・スマイル・エアロ	16歳以上	<del>20名</del> ↓ <b>10名</b>	510円	水曜 19:00～20:00 (受付時間 18:45～19:00) 8月 19、26日 9月 2、9、16、30日
		はじめての方でも楽しくリズムに乗ってシェイプアップできるエクササイズです。		

## 申込方法

- ☆開催日の受付時間に公会堂事務室前へ直接お越しください。
- ☆開始時刻の15分前から公会堂事務所前で参加受付をいたします。
- ☆先着順となります。受付時間内でも、定員を超えた場合は受付を終了いたします。定員に空きがある場合でも教室開始時間になりましたら受付は終了します。

## 申込からご参加までの流れ

- ご来館→ ①公会堂職員・スタッフによる検温(非接触体温計使用)→ ②机で各自「新型コロナウイルス感染症防止対策チェックシート(氏名・電話番号等)」の記入→ ③参加料支払→ ④会場入室→ ⑤教室実施 ※会場に手指消毒剤を設置します。教室前後は消毒をお願いします。

～ 裏面の注意事項を必ずご確認ください ～

## 持ち物

★共通… 汗拭き用タオル・飲み物(蓋つきのもの)

☆エアロビクス、ナイトピラティス…運動のできる服装(スポーツウエア)、室内用運動靴、ヨガマット(お持ちの方のみ) ※ナイトピラティスは室内用運動靴は不要です。

☆貸し出し用のヨガマットもございます。ご利用される場合は、使用後の除菌作業にご協力をお願いします。また、マットの上にタオル等を敷いてのご利用をお願いいたします。

## ご参加時の注意事項

☆今後の感染拡大状況により、開催当日にも教室が休講となる場合がございます。ご来館前に栄公会堂のホームページもしくはお電話でご確認ください。

☆ご来館前にご自宅での検温にご協力ください。発熱や味覚・嗅覚の異常、倦怠感等体調がすぐれない場合は、ご自身の命を守るためにもご来館をお控えください。

☆ご来館時はマスクのご持参いただき、館内でのマスクの着用をお願いいたします。なお、教室実施時は酸素欠乏症や熱中症になる可能性もございますので教室実施中は可能な範囲でマスクやフェイスシールド等の着用をお願いします。着用される際は無理のないよう声量や運動量を落とすなどご調整ください。また参加者同士の距離をとってご参加ください。

☆教室中はこまめに水分補給を行います。喉の渇きを感じた時点でご自身でも水分を補給してください。

☆教室前後は手洗い・手指の消毒をお願いします。

☆教室終了後は使用したイスやマット等の消毒にご協力をお願いします。

☆入室しての見学はできません。また、お子様連れでの参加はご遠慮ください。

☆健康に不安のある方は、必ず事前に医師の承諾を得てご参加ください。

☆公会堂合築のスポーツセンターの更衣室のご利用は定員(8~9名)となります。更衣やロッカーのご利用は可能ですが、シャワーはご利用いただけません。

☆参加料には「傷害保険料」が含まれています。教室中に起きた事故(ケガ)につきましては、保険の申請をすることができますので、必ず指導者または公会堂事務所までご連絡ください。

(翌日以降の保険申請や事故の状況等により補償できない場合があります。あらかじめご了承ください。)

**横浜市栄公会堂** 電話: 045-894-9901

〒247-0005 横浜市栄区桂町 279-29

\* 休館日: 原則毎月第3月曜日(祝日の場合は翌開館日)

主催: 指定管理者 横浜市スポーツ協会・株式会社ケイミックスパブリックビジネス・さかえ区民活動支援協会グループ

