

令和6年度 ヨガ教室日程表

総合体育館 格技場
午後3時 ～ 午後4時

令和6年5月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10 ①	11
12	13	14	15	16	17 ②	18
19	20	21	22	23	24 ③	25
26	27	28	29	30	31 ④	

令和6年6月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7 ⑤	8
9	10	11	12	13	14 ⑥	15
16	17	18	19	20	21 ⑦	22
23	24	25	26	27	28 ⑧	29
30						

令和6年7月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 ⑨	6
7	8	9	10	11	12 ⑩	13
14	15	16	17	18	19 予備	20
21	22	23	24	25	26 予備	27
28	29	30	31			

令和6年8月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

【ヨガ教室注意事項】

- 教室に出席の際は、必ず格技場の入口で出席簿に記入してください
- 格技場内は土足禁止です。
- 教室への参加は、トレーニングウェア等の動きやすい服装でお願いします。（ジーンズは不可）
- 汗拭き用のタオルをご持参ください。
- お持ちの方は、ヨガマットをご持参ください。（なくても可）
- 必要な方は、水分補給用にお飲み物をご用意ください。
- 気象による警報発令時の対応について（大雨・洪水・暴風）
※午後1時の時点で解除の場合は開催、未解除の場合は中止となります。
- 保険料の適用範囲について
*教室活動中及び活動場所への往復路に対して適用。
*1日目からの入院・通院に対しての適用。