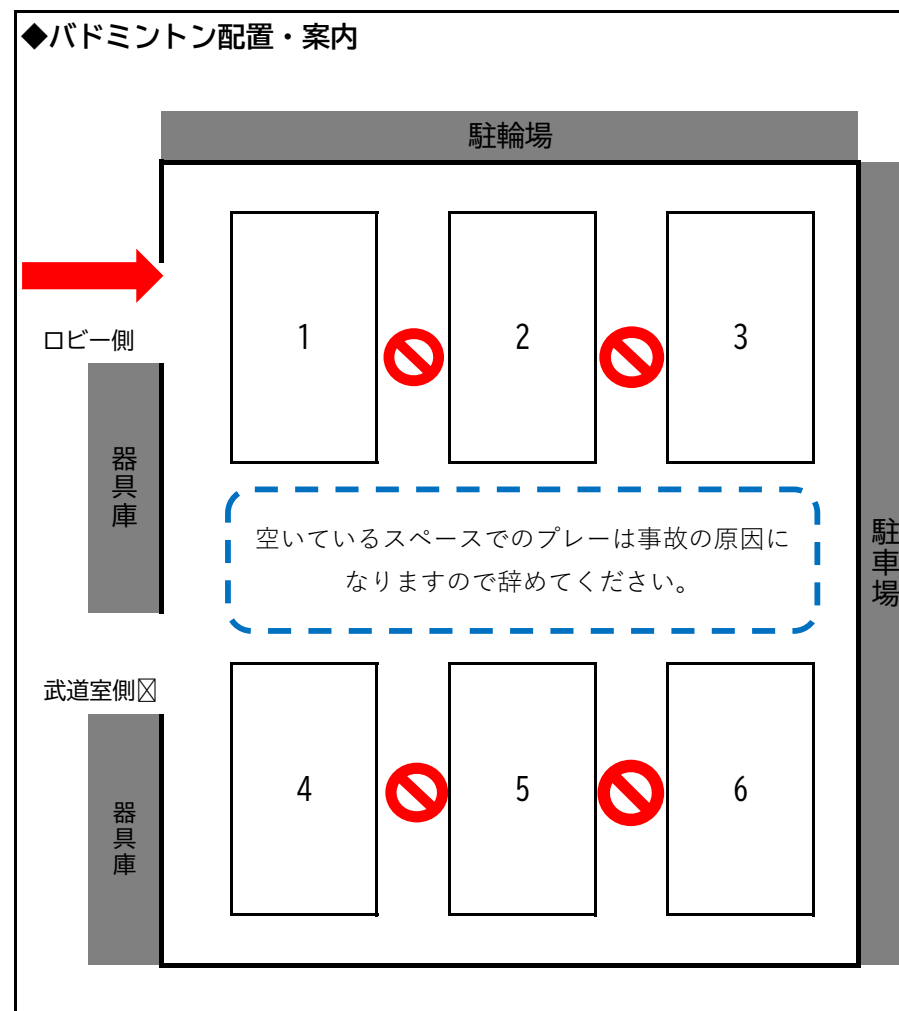


《種目別：バドミントン》 水曜日(大体育室)定員60名※6コート設置

午前9:00～11:50(受付8:45～)/午後①12:10～15:00(受付11:40)/午後②15:20～18:10(受付14:50)/夜間18:30～21:00(受付18:00)

- 個人コート1.2番(3名以下)、グループコート3～6番(4名以上)
※1コートの定員数10名程度。ハーフコートは当面の間、使用不可。
- 受付時、個人コート・グループコートそれぞれの看板の前に
代表者のみで並び、それ以外の方は観客席でお待ちください。
受付時に密にならない様ご協力ください。
- コートの割り振り時、個人利用届けをお渡しします。
参加者は記入後、利用券と一緒にスタッフへ提出ください。
※個人利用届けが無い方はご利用できません。
- 出来る限りシングルスで実施ください。
※参加者同士、割り振られたコート内で順番を決めてご利用ください。
- 休憩時、大体育室内ではなく、2階観客席やロビー☒休憩してください
また、密を避け、運動時以外はマスクの着用をお願いします。
- 参加者数や気温・湿度を考慮し換気作業を行いますので☒めご了承ください。
- 参加者が多い場合、体育館内に知人がいてもご利用はできませんので
予めご了承ください。



《種目別：卓球(木曜日)》 木曜日(大体育室半面)定員48名程度※卓球台12台設置

午前9:00~11:50(受付8:45~)/午後①12:10~15:00(受付11:40)/午後②15:20~18:10(受付14:50)/夜間18:30~21:00(受付18:00)

《種目別：卓球(日曜日)》 日曜日(小体育室半面)定員40名程度※卓球台10台設置

午前9:00~11:50(受付8:45~)/午後①12:10~15:00(受付11:40)/午後②親子・初心者タイム15:20~17:20(受付14:50)

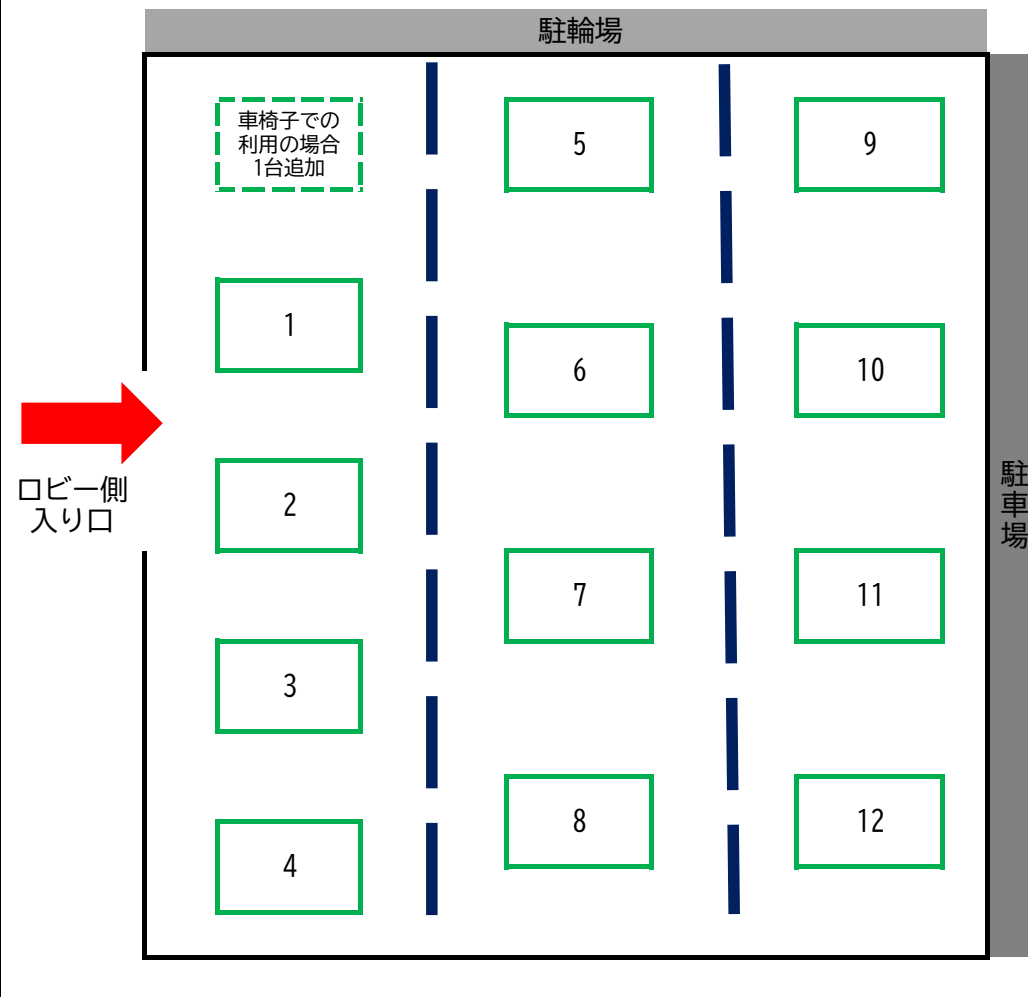
- 当面シングルスでのプレーのみとさせていただきます。
※ダブルス・クロス打ちは禁止とさせていただきます。
- 当面の間、レギュラー・ラージ台を分けず受付致します。
また午前区分の利用前整理番号札配布は行いません。
来館順にお並びください。
- 2名1組でのご利用とさせていただきます。(1名参加は不可)
代表者のみで大体育室前の受付にお並びください。
他の方は観覧席等でお待ちください。
- 抽選によって利用台を決定します。1台につき2組(4名)まで当選。
交代等のルールは、グループ間の話し合いで決定してください。
- 当選者の方に、卓球台番号札と個人利用届けをお渡しします。
ご記入後、利用券と一緒にスタッフへ提出ください。
- 休憩時、大体育室内ではなく2階観客席やロビーで休憩をしてください。また、運動時以外はマスクの着用をお願いします。
- 状況に応じ換気を行う場合がありますのでご協力をお願いします。

「お願い」：木曜日のみ

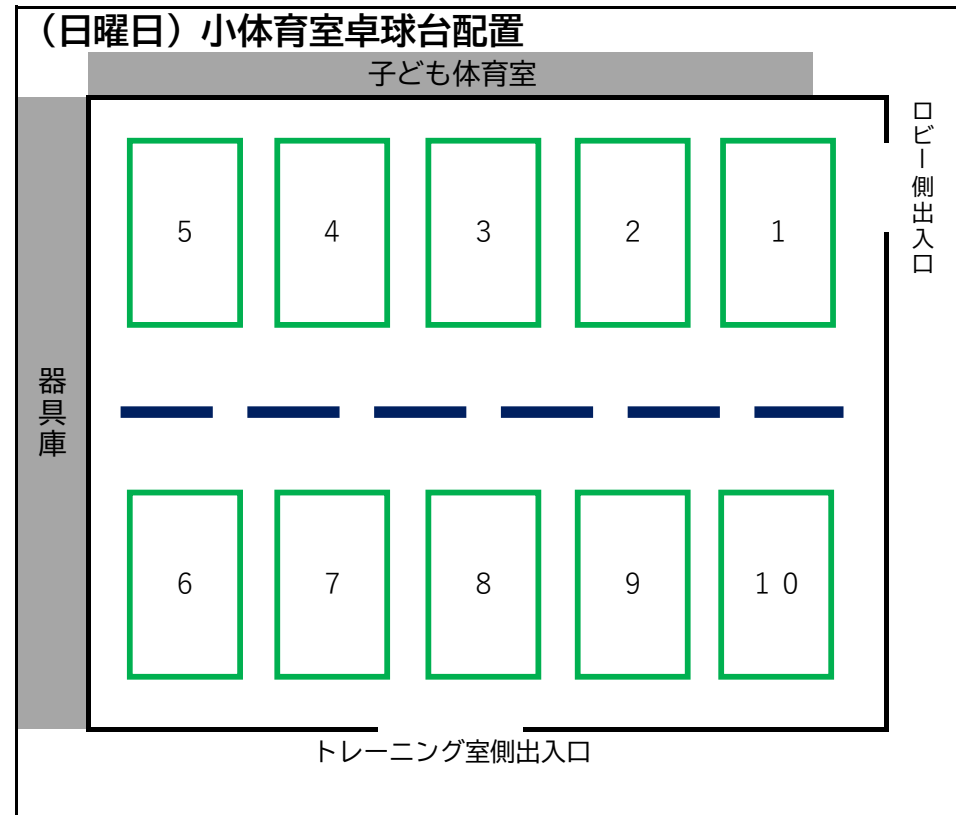
- 車椅子でのご利用がある場合、手前の列に台を追加設置します。
その際、各台の間が狭くなりますので予めご了承ください。

(木曜日) 大体育室卓球台配置

※卓球台配置が変わります。

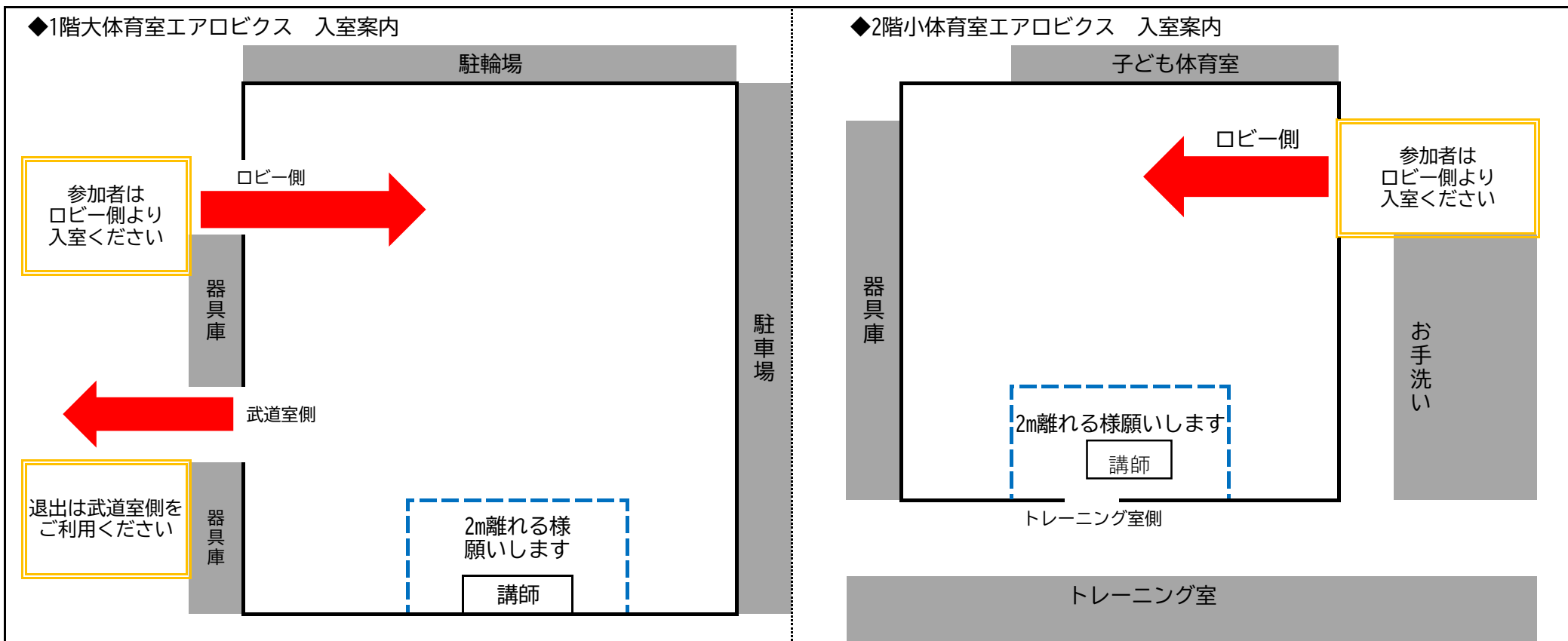


- 日曜日、午後②親子・初心者タイムは以前と同じルールで開催します。
※初心者・親子専用時間は先着順ではありません。
14:50から3F小体育室前のロビーで抽選会を行いますので、
時間までにお越しください。
- 台数を超える組数の場合、抽選結果によって30分交代で
ご利用いただきます。
- 卓球道具はできる限りご自身の物をご用意ください。



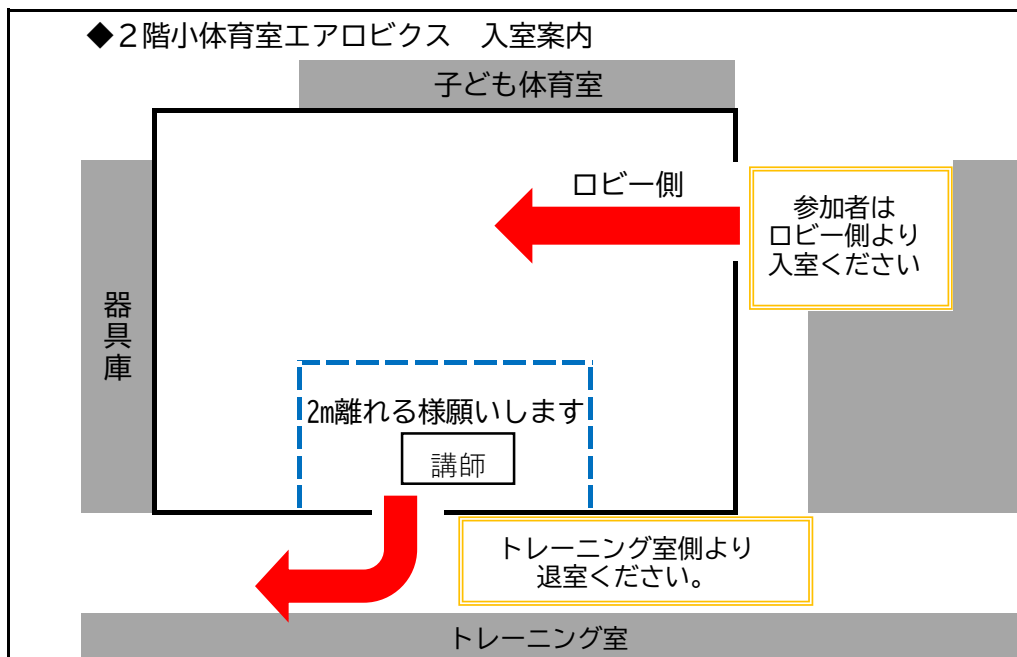
《種目別：エアロビクス》 午前：火曜日・金曜日(大体育室定員数：80名)/夜間：金曜日(小体育室定員数：40名)

- 参加希望される方は利用券を持って大体育室ロビー側より入室し、個人利用届けのご記入をお願いします。
- ご記入した個人利用届けと利用券を渡してください。
- 大体育室での開催の場合、入室はロビー側(1方向)と致します。武道室側からの入室は当面の間ご遠慮ください。
終了後は武道室側より退室ください。
- 小体育室での開催の場合、入室は2階ロビー側(1方向)と致します。トレーニング室側からの入室は当面の間ご遠慮ください。
- 講師が立つ台より約2m以上離れて運動を行う様をお願いします。
- 参加者どうし譲り合ってスペース確保にご協力をお願いします。
- 運動時以外マスクの着用をお願いします。



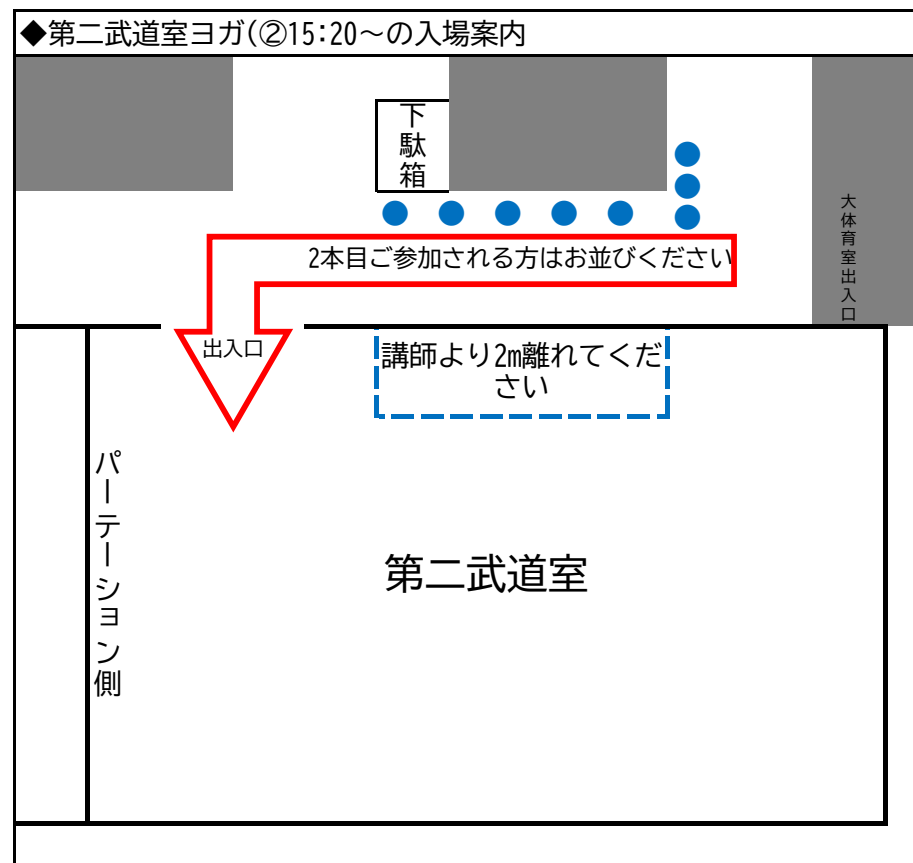
《種目別：健康体操》 火曜日(小体育室)①13:20～14:10/②14:20～15:10/③15:20～16:10(定員数:40名)

- **開催当日(8:30～)利用券と交換に整理券(個人利用届け)を配布します。** 希望の時間帯を受付スタッフにお伝えください。
 - ※整理券(個人利用届け)はご本人様分のみ配布と致します。整理券(個人利用届け)がなくなり次第終了。
 - 整理券(個人利用届け)を紛失してしまった方は、ご参加できませんのでご注意ください。
- 会場へは1階ロビー正面側の階段をご利用ください。入室は、2階ロビー側出入口(1方向)と致します。
- 開催10分前(前のクラス終了後)より入室できます。
 - ※子ども体育室等での待機は、密になるため停止とさせていただきます。
 - 新型コロナウイルス感染防止の為、待機時間が極力少なくなる時間でのご来館をお願いします。
- 入室時、記入済みの整理券(個人利用届け)をスタッフへ渡してください。
 - 退室時トレーニング室側出入口より退室し、らせん階段をご利用ください。原則一方通行とします。※エレベーター使用される方は別。
- 講師が立つ台より約2m以上離れて運動を行う様をお願いします。
- 入室後、参加者どうし譲り合ってスペース確保にご協力ください。※お友達の分のスペース確保等は原則禁止とさせていただきます。
- 使用されたマットは消毒液で拭いていただく様をお願いします。



《種目別：ヨガ》 金曜日(第二武道室)定員24名①13:45～15:00/②15:20～16:35

- 受付にて利用券と交換に個人利用届けを~~送~~渡しします。
- 個人利用届けをご記入し第二武道室入口スタッフへ提出ください。
- 運動前後マスクの着用をお願いします。
- 1本目終了後、消毒・換気作業を行います。☒
- 2本目参加希望者は右図の様にお並びお待ちください。
誘導するスタッフに利用券と個人利用届けをお渡しください。
- 講師より約2m以上離れ運動を行う様をお願いします。
- 参加者同士、譲り合ってスペース確保にご協力をお願いします。



《種目別：柔道》 火曜日(第二武道室)18:30~20:30定員24名

- 参加希望される方は受付で利用券と交換に個人利用届けをお渡しします。
- 個人利用届けをご記入し受付へ提出ください。
- 運動前後はマスクの着用をお願いします。

《種目別：空手》 水曜日(第一武道室)19:00~20:00定員24名

- 参加希望される方は受付で利用券と交換に個人利用届けをお渡しします。
- 個人利用届けをご記入し受付へ提出ください。
- 運動前後はマスクの着用をお願いします。

《種目別：剣道》 木曜日(第一武道室)18:30~20:30定員24名程度

- 7・8月はお休みいたします。
- 再開日が決まりましたら改めてホームページ・個人利用予定表にてご案内致します。

《種目別：マット運動》 第2・4土曜日(小体育室)定員35名 15:30～17:00定員35名※対象:小学生以上

- 受付にて利用券と交換に個人利用届けを~~送~~渡しします。
記入後、2階にいるスタッフへ個人利用届をお渡しください。
- 入室は当面の間、ロビー側入り口1方向とします。また、入り口で手指消毒を実施します。
消毒を済まされた方より入室ください。
- 当面の間、途中入室はお断りいたします。参加希望の方は開始時間までに受付を済ませてください。
※途中退室可。
- 入室後、荷物は所定の場所に置いてください。
※貴重品は1Fロビーの貴重品ロッカーをご使用ください。
- 入室後、指導員の指示に従っていただく様をお願いします。
- 運動前後はマスクの着用をお願いします。

「お願い」

○当面の間、同じ室内(小体育室)での見学は諸室内定員数を超える恐れがありますので中止とさせていただきます。子ども体育室よりご見学ください。※見学希望される方は、お互い譲り合ってスペース確保をして頂く様ご協力ください。

○また、対象年齢以外の方(幼児)の受け入れは行いませんので予めご了承ください。

