

がやがや館 運動室 プログラム 《令和3年 12月》

◆通常の内容よりも運動強度を抑えて実施します。

休館日：毎月第3日曜日、年末年始(12/28～1/4)

時間	月	火	水	木	金	土	日	時間
9:00								9:00
30								30
10:00								10:00
30								30
11:00								11:00
30								30
12:00								12:00
12:45～13:15は衛生管理徹底の為、休室とさせていただきます。(運動室利用中止)								13:00
14:00								14:00
30								30
15:00								15:00
30								30
16:00								16:00
17:00								17:00
18:00								18:00
22:00								22:00

【プログラム参加時のお願い】

- プログラム中もマスクの着用をお願いします。
タオル、ネックゲイター等での代用可(鼻と口を覆えるもの)
- 他の利用者や施設スタッフ等との距離(1～2m)確保をお願いいたします。
- 向かい合っただけのお話や大きな声での会話はお控えください。
- 運動ができる服装でお越しください。
(更衣室の利用人数、使用ロッカーを制限しております。)
- スタッフやインストラクターからの案内や説明等を必ずお守りください。

◇◇◇◇◇

【利用制限事項】

- 営業時間 9:00～12:45、13:15～17:00
※12:45～13:15の間は利用を中止し、マシン等の除菌作業や運動環境の整備を行います。
- プログラム参加定員は25名とさせていただきます。
- 当面の間、無料プログラムは中止とさせていただきます。
- シャワールームの利用中止、あわせて一部備品の利用を制限または中止しています。

◇◇◇◇◇

【取り組みとお願い】

- プログラム間の空き時間を30分以上設け、清掃や消毒、点検等を実施します。
- ソーシャルディスタンス確保のため、プログラム参加人数を縮小しております。
- 内容や強度、時間の変更、中止しているプログラムがございます。

	・運動室利用 ・夜トレ利用	1プログラム
区民(大人)	400円	200円
区民(高齢者・障がい者)	200円	200円
区外	600円	200円

◆事前申込のプログラムは1回500円+運動室利用料が必要です。

フラダンスは45分間、1回400円+運動室利用料となります。
2部制でおこないます。

◆「夜トレ」は個人での夜間の運動室利用となります。

◆都合により、プログラム内容・担当者を変更する場合がございます。

★★★12月の休館日は12月19日(日)です★★★

皆様が安心してご利用いただけるよう、
ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

(注)運動室利用回数券(100円・200円)はプログラム料金としてご使用いただけません。

【問合せ】
指定管理者オーエンス
03-6450-7908

