令和8年度 第3期
アクティブ体操 水曜コース

1 日　時　　水曜日 ・・・ 午前 10 時 30 分 ～ 11 時 30 分（全 8 回）

1 月	13　20　27
2 月	3　10　17　24
3 月	3　※10（予備日）

2 場　所　　焼津市総合体育館（シーガルドーム）メインアリーナ

3 講　師　　海老名 むつみ 先生

4 受講料　　3,600 円

※所定の納付書に**受講者の氏名・住所を明記**し、現金でお支払いの場合は金融機関（郵便局以外）窓口で、ＱＲコード決済☆でお支払いの場合はスポーツ協会事務局で納め、領収書を出席カード裏面に貼ってください。

☆PayPay・d 払い・楽天 Pay・ａｕPAY・メルペイに対応

5 持ち物　　・**室内用シューズ**（必ずご用意ください）
・水筒（水分補給のため）　・フェイスタオル
・出席カード（初回に納付書等と一緒にお渡しします）
・ヨガマット（お持ちの方のみ。お持ちでない方にはお風呂マットを貸し出します。）

6 服　装　　・動きやすい服装（特別な指定はございません）

7 その他　　・受講を取り消す場合は、必ず焼津市スポーツ協会までご連絡ください。
・一度納めた受講料は、返金できません。
・欠席の際の連絡は必要ありませんので、体調が悪い時などは無理をせずお休みしてください。
・教室中または行き帰りでケガをされた際は、保険の対象となる場合がありますので、必ず焼津市スポーツ協会までご連絡ください。
・置き引き、車上狙いなどの被害にあわないよう、貴重品などご自分の荷物の管理には十分注意してください。