

令和7年度 スポーツ教室 日程表（木曜日）

※第2期 スポーツ教室の申込の取消は、**令和7年7月25日（金）** までです。

※上記、取消日後に受講を取消されても受講料は返金できません。

※取消される場合は、受講料納入時にお渡ししたレシートが必要になります。（無い場合は返金できません）

キャッシュレスでお支払いされた場合は、クレジットカード・携帯端末等が必要になります。

〔第2期〕 令和7年9月4日（木）～11月20日（木）

☆ポルドブラB	10:00～10:50	☆スンバゴールド	15:00～15:50
☆ヨガ整体B	11:00～11:50	☆シェイプボクシング	19:00～19:50
☆ピラティスB	12:00～12:50	☆ファットバーンエアロC	20:00～20:50
☆背骨コンディショニング	14:00～14:50	☆ヨガ4	21:00～21:50

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
日付	9/4	9/11	9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20
曜日	木	木	木	木	木	木	木	木	木	木	木	木

※ 警報発令時は教室を中止とします。また、中止決定時間は下記のとおりです。（兵庫県小野市に警報が発令されている場合のみ）

☆ポルドブラB、ピラティス B、ヨガ整体B ⇒ 8:30

☆シェイプボクシング ⇒ 17:00 ☆ファットバーンエアロ C・ヨガ4 ⇒ 18:00

※ 休講・中止・警報発令時等の開講有無の確認は、QRコードでライン登録していただくか、体育館HP閲覧を各自でお願いいたします。

（中止・休講となった場合は、曜日変更もしくは12回目以降に振替します。また、振替日が確保できない場合は返金となる場合があります。）

体育館HP

<http://www.cityono.jp/index.php?pid=kinkyu>

※ スポーツ安全保険の加入は行いません。自己責任において受講いただくようお願いします。

怪我等が発生した場合、応急処置は行いますが各自ご加入の保険での対応をお願いします。

※ 都合により日程と活動場所を変更することがあります。

※ 15分以上遅れる場合は受講をご遠慮いただくこともあります。

※ 受講中の私語、携帯電話のご利用は他の受講者の方のご迷惑となりますのでお控えください。（携帯電話はマナーモードにしてください。）

※ 都合により日程と活動場所を変更することがあります。※ 体調が優れない場合は、受講をご遠慮ください。

