

初心者・初級者ジョギング教室

- 1 日時 令和2年8月4日から10月27日までの火曜日（全12回）
19時00分から20時15分まで（1時間15分）

8月	4日・11日・18日・25日	（計4回）
9月	1日・8日・15日・29日	（計4回）
10月	6日・13日・20日・27日	（計4回）



- 2 会場 天童市スポーツセンター 多目的運動広場（※雨天時はトリムコース）
- 3 内容 初心者・初級者対象のジョギング教室です。
- 4 受講料 6,000円（保険料含む）
補償額（1）入院日額1,500円（2）通院1,000円※その他についてはお問い合わせください。
※万が一、怪我等をされた場合には、速やかに担当までご連絡ください。
- 5 対象 一般（定員10名）
- 6 指導者 市スポーツセンター指導員
- 7 締切り 定員になりしだい、もしくは7月26日（日）の正午で締め切ります。
- 8 その他 運動のできる服装、内・外シューズ、タオル、着替えをご準備ください。
- 9 問合せ先 天童市スポーツセンター 電話 654-6100 担当 佐藤 まで
※この申込書で知り得た個人情報は、当センター事業以外での使用はいたしません。

施設利用時の留意事項

下の留意事項を守って施設をご利用ください。

- *入館される際、正面玄関に設置している非接触電子温度計で計測していただきます。
- *体調不良等の感染の疑いがある症状がある場合は、受講できません。
- *入館から退館するまで、こまめに手洗いと消毒液による手指消毒を行ってください。（手洗いは30秒間）
- *スポーツを行っていない時や会話をする際には必ずマスクを着用してください。（運動以外は常時マスクを着用）
- *マスクを外す場合は、適切な距離を保ってください。（2m 最低1m）
- *教室の前後のお話等について、三つの密を避け、会話時にマスクを着用するなどの感染対策に十分に配慮してください。
- *施設利用中に大きな声での会話、応援等は控えてください。
- *休憩スペースでは、対面で飲食や会話は自粛してください。
- *対面での会話、ハイタッチ等の行動を自粛してください。
- *タオルの共用は控えてください。
- *施設利用の際は、全ての窓及びドアを常時開放してください。
- *トイレの使用後は、必ず、各トイレに設置した石鹼液を使用してください。