

注意事項・各教室の持ち物について

【注意事項】

- ・運動のできる服装・飲み物・タオル等持参の上、参加してください。
- ・保険加入（教室C～U）は各自でお願いします。
スポーツ安全保険に加入を希望される方は、彦根市スポーツ協会までお問合せ下さい。
- ・万が一けがをされた場合は、応急処置はします。
- ・感染症拡大防止への対応にご協力ください。
（発熱・咳・咽頭痛・倦怠感等の場合は参加を見合わせてください。）
- ・一度納めていただいた受講料は、主催者側の中止以外は返金できません。

【各教室の持ち物】

記号	教室名	持ち物
C	太極舞&ヨガ	ヨガマット
D	リズムダンス フィットネス	上靴
E	シニア健康ヨガ体操	ヨガマット
F	チェアヨガ	ヨガマット・バスタオル
G	エンジョイ エアロ (A)	上靴・ヨガマット
H	背骨の調律 Tone&Reborn	ヨガマット
I	スタイルアップ ほぐし体操 第2,4	ヨガマット・フォームローラー（初めての受講者には、初回に講師より説明があります。貸出有）
J	はじめてのピラティス	ヨガマット
K	足・脚ケアヨガ	ヨガマット
L	ステップエアロ	上靴
M	夜ヨガ	ヨガマット
N	ヨガ (A)	ヨガマット
O	ヨガ (B)	ヨガマット
P	セルフリンパ &ピラティス	ヨガマット
R	ボディケアヨガ	ヨガマット
S	シニアスマイル フィットネス	ヨガマット・バスタオル
T	ポルドブラ& コアトレ	ヨガマット
U	エンジョイ エアロ (B)	上靴・ヨガマット