

八雲体育館 2階体育室 一般公開 参加の皆様へ（全共通）

2022年9月1日より下記要領に沿って開催してまいります。

参加者の皆様にはご理解ご協力をお願いいたします。

種目	曜日	時間	人数制限等	
ゆったり太極拳	月	9:15～10:15	先着 80人	入場開始は 各教室15分前から
パンチングエクササイズ	月	10:35～11:35		
リラックスヨガ	月	12:00～13:00		
シェイプボディ	月	19:40～20:40		
マットピラティス	月	20:55～21:40		
親子ふれあいタイム	月	13:30～15:00	食事不可	
	水	12:00～13:00		
バドミントン	火	19:00～21:15	※別紙「バドミントン」を参照	
音楽体操	水	13:30～15:00	先着 80人	入場開始は 各教室15分前から
こども剣道【初心者・経験者】	水・金	15:40～18:35		
アンチエイジング体操	木	10:05～11:05	※別紙「アンチエイジング体操」を参照	
アロマリラクゼーション	木	11:15～12:00	先着 80人	入場開始は各教室15分前から
バレーボール	木	19:00～21:00	※別紙「バレーボール」を参照	
卓球	金	9:00～11:30	先着 80人	入場開始は 各教室15分前から
エアロビクス	金	12:00～12:45		
トリム体操	金	13:15～15:30		
エンジョイフィットネス（第1・3・5）	土	19:00～20:00		
リラックスヨガ	土	20:15～21:15		
スポーツ広場（第2・4）	土	13:00～20:00	※別紙「スポーツ広場」を参照	

参加者共通事項

●チェックシートの記入及び検温

…体調確認、利用日ごとにチェックシートを記入して提出いただきます。

…入館時に手指の消毒、検温を実施します。発熱等が確認された際は利用をお断りします。

●マスク等の着用

…石鹸等による手洗い・消毒にご協力ください。

…体育館内は、移動時も含めてマスク等の着用が必須となります。運動中に限り着用は任意です。

●ごみについて

…感染拡大防止のため、全てのごみをお持ちかえりください。

●貸出器具

…感染予防のために、スポーツ用具につきまして、ご自身で道具をご用意頂くことを推奨いたします。

●更衣室の利用について

…「三密」になりやすいため、利用人数を制限させていただきます。

…更衣室を使用せず利用できる準備をする等、可能な限りご利用は控えてください。

…やむを得ずご利用される場合は、分散して、速やかに、会話は控えてご利用ください。

●その他

…混雑状況によって、各々で譲り合ってください。

…体育館職員、指導員の指示に従ってください。ご理解いただけない場合は利用をお断りすることもあります。

八雲体育館 2階体育室「バドミントン」 参加の皆様へ

2022年9月6日より下記要領に沿って開催してまいります。

参加者の皆様にはご理解ご協力をお願いいたします。

種目	曜日	時間	人数制限等
バドミントン	火	19:00～ 21:15	先着55人 区民（在住・在勤・在学）優先 ①…区民の方は18:40～入場開始 ②…区外の方は18:50～入場開始

参加者注意事項

- 定員55人に達した時点で入場を制限します。
- 中学生の利用は20:00までとなります。
- 混雑状況によって、各々で譲り合ってください。
- 注意事項等は「チラシ（全共通）」を参照ください。
- 感染症対策等につきましてご理解ご協力をお願いします。
- 体育館職員・指導員の指示に従ってください。ご理解いただけない場合は利用をお断りすることもあります。

八雲体育館 2階体育室「アンチエイジング体操」 参加の皆様へ

2022年9月1日より下記要領に沿って開催してまいります。

参加者の皆様にはご理解ご協力をお願いいたします。

種目	曜日	時間	人数制限等	
アンチエイジング体操	木	10:05～ 11:05	先着 80人	整理券配布は9:30～ 入場開始は 9:45～

参加者共通事項

●チェックシートの記入及び検温

…体調確認、利用日ごとにチェックシートを記入して提出いただきます。

…入館時に非接触型温度計にて検温させていただきます

…発熱等が確認された際は、利用をお断りすることもございます。

●マスク等の着用

…石鹸等による手洗い・消毒にご協力ください。

…体育館内は、移動時も含めてマスク等の着用が必須となります。運動中に限り着用は任意です。

●ごみについて

…感染拡大防止のため、全てのごみをお持ちかえりください。

●貸出器具

…感染予防のために、スポーツ用具につきまして、ご自身で道具をご用意頂くことを推奨いたします。

●更衣室の利用について

…「三密」になりやすいため、利用人数を制限させていただきます。

…更衣室を使用せず利用できる準備をする等、可能な限りご利用は控えてください。

…やむを得ずご利用される場合は、分散して、速やかに、会話は控えてご利用ください。

●その他

…混雑状況によって、各々で譲り合ってください。

…体育館職員、指導員の指示に従ってください。ご理解いただけない場合は利用をお断りすることもあります。

八雲体育館 2階体育室「バレーボール」 参加の皆様へ

2022年9月1日より下記要領に沿って開催してまいります。

参加者の皆様にはご理解ご協力をお願いいたします。

種目	曜日	時間	人数制限等	
バレーボール	木	19:00～ 21:00	先着 80人	入場開始は 各教室15分前から (中学生の利用は20:00まで)

参加者共通事項

●マスク等の着用

- …運動中もマスク等の着用が必須となります。(不織布マスク推奨)
- …石鹸等による手洗い・消毒にご協力ください。

●チェックシートの記入及び検温

- …体調確認、利用日ごとにチェックシートを記入して提出いただきます。
- …入館時に非接触型温度計にて検温させていただきます
- …発熱等が確認された際は、利用をお断りすることもございます。

●ごみについて

- …感染拡大防止のため、全てのごみをお持ちかえりください。

●貸出器具

- …感染予防のために、スポーツ用具につきまして、ご自身で道具をご用意頂くことを推奨いたします。

●更衣室の利用について

- …「三密」になりやすいため、利用人数を制限させていただきます。
- …更衣室を使用せず利用できる準備をする等、可能な限りご利用は控えてください。
- …やむを得ずご利用される場合は、分散して、速やかに、会話は控えてご利用ください。

●その他

- …中学生の利用は20:00までです。
- …混雑状況によって、各々で譲り合ってください。
- …体育館職員、指導員の指示に従ってください。ご理解いただけない場合は利用をお断りすることもあります。

八雲体育館 2階体育室「スポーツ広場」参加の皆様へ

2022年9月10日より下記要領に沿って開催してまいります。

参加者の皆様にはご理解ご協力をお願いいたします。

種目	曜日	時間	人数制限等	
バドミントン(3面)	第2・4 土	13:00~15:00	24人	先着順 整理券配布 12:30~ 入場開始 12:45~
卓球(10台)			20人	
ソフトバレー(1面)			12人	
フットサル	第2 土	①小学生と保護者 15:30~17:30	60人	先着順 整理券配布 ①15:00~ ②17:00~ 入場開始 ①15:15~ ②17:15~
		②中学生以上 17:30~20:00		
バスケットボール	第4 土	①小学生と保護者 15:30~17:30		
		②中学生以上 17:30~20:00		

参加者共通事項

●チェックシートの記入及び検温

- …体調確認、利用日ごとにチェックシートを記入して提出いただきます。
- …入館時に非接触型温度計にて検温させていただきます
- …発熱等が確認された際は、利用をお断りすることもございます。

●マスク等の着用

- …石鹸等による手洗い・消毒にご協力ください。
- …体育館内は、移動時も含めてマスクの着用が必須となります。運動中に限り着用は任意です。

●ごみについて

- …感染拡大防止のため、全てのごみをお持ちかえりください。

●貸出器具

- …感染予防のために、スポーツ用具につきまして、ご自身で道具をご用意頂くことを推奨いたします。

●更衣室の利用について

- …「三密」になりやすいため、利用人数を制限させていただきます。
- …更衣室を使用せず利用できる準備をする等、可能な限りご利用は控えてください。
- …やむを得ずご利用される場合は、分散して、速やかに、会話は控えてご利用ください。

●種目の制限、混雑時の制限

- …卓球、バドミントン、ソフトバレーについては、種目の変更はできません。
- …混雑状況によって、各々で譲り合ってください。
- …指導員の指示に従ってください。ご理解いただけない場合は利用をお断りすることもあります。