

ウェルネスでみつけよう！私サイズの健康法！ ウェルネスニュース

令和 3年 4月15日号
総合型地域スポーツクラブ
一般社団法人
愛川ウェルネスネットワーク
クラブ事務局 ☎080-5899-9046
(月～土 9:00～17:00)
✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp

レッスン前後の感染予防注意事項

- (1) ご自宅で検温してからお越しください。
 - (2) 必ずマスクをして、公民館入り口にて、手の消毒をしてください。
 - (3) 早くきた方は1階受付カウンターから利用者チェック票と消毒液と台布巾を、ウェルネスコーナーからクラス出席簿を持って行ってください。
 - (4) 入室前に氏名と体温を記入し、密接を避けて待機してください。
 - (5) プレイルームのエアコンは、換気が出来ているので、窓は開けないで下さい。(窓が開いているときは、レッスンが始まる前に閉めてください。)
 - (6) エアコンを使わない時は、換気だけでもつけてください。
 - (7) レッスン終了後の掃除と消毒は、同じ人ではなくなるべく毎回交代で行って下さい。ドアノブ、手すり、廊下の椅子などを消毒してください。
 - (8) レッスン終了後は、利用者チェック票と感染症予防リストにチェックと署名して、1階カウンターに戻してください。クラス出席簿はウェルネスコーナーへ戻してください。
- ※ レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードにしてください。



新型コロナウイルス感染症予防のためのウェルネスのルール

- ★ 受講回数は1週間に3レッスンまでとする。
- ★ 各クラスの参加人数制限は25名とする。
(ヨガクラスは30名・オリジナルエアロは20名)
- ★ レッスン時もマスクを着用してください。
- ★ 周囲の人と社会的距離の確保に努めてください。



ウエルネスニュース

<http://www.aikawa-wellness.net>



令和3年度

サポート会員募集

愛川ウエルネスネットワーク会員種別にはクラブ会員の他にサポート会員（正会員）があります。クラブの活動と運営にご賛同頂ける方、より充実したクラブ作りにご協力頂ける方をサポート会員として募集しています。

（サポート会員は総会における議決権があります。）

年会費 1,000円

※年間を通して随時募集しています。お申し込みは申込書にご記入の上、『みんなの声』ボックスにご提出下さい。後日事務局よりご連絡致します。

◎事務局よりおねがい

事務局への電話は繋がりにくい時間帯があります。

留守電に入れて頂くか、メールでご連絡下さると助かります。

ご不便をおかけ致しますが

ご協力を宜しく

お願い致します。



5月

★お問い合わせ★クラブ事務局
（月～土 9時～17時）
☎080-5899-9046

月		火			木			金		土		
タイチーダンス	ソフトエアロ	フレンドリー健康体操	リラックスヨガ	リラックスヨガ	オリジナルエアロ	ポールエクササイズ	リラックスヨガ	ジャズダンス	リズム&ストレッチ	ヒップホップ	シェイプボクシング	リラックスヨガ
石村	深沢	小林	吉川	吉川	青木	五十嵐	吉川	深沢	森田	深沢	山形	吉川
11:15~ 12:15	13:30~ 14:30	11:15~ 12:15	13:30~ 14:30	15:15~ 16:15	9:30~ 10:30	13:30~ 14:30	15:30~ 16:30	9:30~ 10:30	13:30~ 14:30	9:30~ 10:30	13:15~ 14:00	14:30~ 15:30
					6	6	★6	7	7	8	8	★8
10	10	11	11	11	13	13	13	14	14	15	15	15
17	17	18	18	18	20	★20	20	21	21	22	22	★22
24	24	25	25	25	27	27	27	28	28	29	★29	29
31	31											

◎おねがい◎

- ・3密を避け、マスク着用、消毒等コロナ対策を徹底し、参加は週3レッスン迄でお願いします。
 - ・参加人数制限・・・ヨガ30名
オリジナルエアロ20名 その他のクラス25名
- ★は1月分の振り替えレッスンです。

◎体験随時受付中◎

運動のできる服装、室内靴、飲み物、敷物等持参し、ご自宅で検温を済ませてお越し下さい。メール予約お待ちしております。
（電話予約は12時～17時）
✉aikawa-wellness@ezweb.ne.jp