

# マスカットスタジアム 夏のスポーツ教室カレンダー

☆☆☆ 第2期 【2019年7月～9月】 ☆☆☆

	マインドフルネスヨガ (10回)	パワーヨガ (10回)	バレエ (各10回)	得とく講座 (15回)	テニス (各8回)	
受 講 日	<b>7月</b>	<b>7月</b>	<b>7月</b>	<b>7月</b>	<b>7月</b>	
	<b>8月</b>	<b>8月</b>	<b>8月</b>	<b>8月</b>	<b>8月</b>	
	<b>9月</b>	<b>9月</b>	<b>9月</b>	<b>9月</b>	<b>9月</b>	
	<b>火</b> 19:30～20:30	<b>木</b> 19:30～20:30	<b>土</b> ・ジュニア(低) 9:30～10:30 ・ジュニア(高) 10:35～11:35 ・ジュニア(ホ) 10:35～12:05 ・ピギナーズ 12:10～13:10 ・ピギナーズ(ホ) 12:10～13:40 ※(ホ)…ボワント	月曜日 ZUMBA 19:45～20:45	<b>火木土</b> 19:30～20:50 11:00～12:20	
	水曜日 ピラティスマットワーク 10:30～11:30				準備 : ラケット・シューズ・タオル	
	水曜日 ビギナーズエアロ & ストレッチ 19:30～20:30				場所 : D1, D2 コート	
	金曜日 リラックスヨガ 10:00～11:00				・振替は、1クール内のみとし、どのクラスへでも可能です。 ・振替は、振替希望日の前日までに、外野事務所にて受付けます。 ・振替希望先のレッスンが定員の場合は、振替ができません。 ・天候により中止(顺延)の場合は、こちらから連絡いたします。 ・雨天顺延になり1クール内に8回開講出来なかった場合は、来期(1ヶ月間)に残りの回数分受講可能とします。 ・テニス更衣室の利用は無料ですが、ロッカー利用の場合は有料となります。	
	<b>注意事項</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 入金後受講料は原則としてお返しいたしません。また入金後講座変更はできません。</li> <li>◎ 教室中のケガ、事故による損害保険補償あり。(詳細は裏面をご覧ください)</li> <li>◎ バレエ用品をお持ちの方は持参してください。</li> <li>◎ ZUMBA・ピギナーズエアロ&amp;ストレッチは、必ず室内シューズを持参してください。</li> <li>◎ 得とく講座は参加者の人数が多数の場合、入室の制限をかける場合があります。(先着順)</li> <li>◎ 講師の都合により、講座の時間変更、講師の代行、延期または中止する場合があります。</li> <li>◎ 台風及び災害等により、各種警報が発令された場合、受講者の方の安全確保のため、延期または中止することがあります。</li> </ul>				
	<b>ご案内</b>	来期(10～12月)継続される方は早めの予約をお願いします。 <b>予約開始は9/1(日)からです!</b>				
<b>受講場所</b>	エアロビクススタジオ					
<b>準備</b>	トレーニングウェア(通気性の良いもの)・タオル・飲み物・専用シューズ(テニス・ZUMBA・ピギナーズエアロ)					
<b>更衣室</b>	スカッシュ用更衣室を利用してください。(ロッカーは100円返戻式です)					