

# 令和2年度 朝ヨガ教室

<日程>

10/11 10/25・11/8 11/22

12/13 12/27・1/10 1/24

2/14 2/28・3/14 3/28

第2.第4日曜日 6:30~7:30

<場所> ※シーズン別で時間変動のため講師へ要確認

沖縄県総合運動公園 多目的広場



<受講料>

1,500円(保険料込み)/1回※要予約

<定員数> 10名程度

<持ち物> ヨガマット

<受講手続き>

- ・直接、講師へ電話をして予約
- ・当日お支払い
- ・親子参加時、こどもは無料で参加可能  
(車椅子の方も参加可能)
- ・雨天時は中止

受講者の方へ(留意事項)

- 1) 駐車場は基本的に6時から開門
- 2) 運動のできる服装(運動着)
- 3) 現在、持病あるいは通院されている方、  
事前に医師の診断を受けて、自己の責任において健康管理をお願いします。
- 4) 受講中の事故・怪我については速やかに、  
講師または管理事務所までご連絡下さい。

※教室風景の写真撮影を行い、広報活動に使用する場合があります。

※コロナウイルス感染拡大防止の為、内容が変更・中止になる場合がございます。

予めご了承ください。



講師 タユフェール 美弥 (ヨガセラピスト)

電話 090-9696-8660 メール miya.sema@gmail.com

HP <http://www.miyayoga.sakura.ne.jp>



# KENS<sup>o</sup> イベント・教室

## 安全開催の為の5つのルール

withコロナ

### ①参加前の体調チェック

- 1、発熱症状のある方は参加できません。  
(体温37.5度以上)
- 2、風邪症状のある方は参加できません。
- 3、当日会場での検温、同意書の記入。

### ②イベント・教室参加中のマスク着用

運動系のイベント・教室以外は常時マスクの着用をお願いします。

運動系のイベント・教室はプレー中以外マスクの着用をお願いします。

### ③イベント・教室参加前、途中の消毒

アルコール消毒を準備しております。  
定期的な消毒をお願いします。

### ④密を避けた行動

密を避けるため、イベント・教室開催中は  
間隔をあけてご参加ください。

(1mできれば、2m)

### ⑤氏名、連絡先の記入

参加者で感染者が出た場合に備えて。

上記5つの事を守り、みんなで楽しく  
イベント・教室を盛り上げましょう！