

《初心者エアロ（月・金）にご参加の方へ》

次の注意事項をお読みになってからご参加ください。

- ◆ ご来館の際は**マスクを持参し**、運動中もマスクを必ず着用をお願いします。
- ◆ レッスン前に、**ジム及び更衣室の利用はできません**。着替えを済ませて来てください。
- ◆ 待ち時間及びレッスン中は他の人との**間隔保持と会話の自粛**を心掛けてください。
- ◆ 講師は、感染予防のため**背面**での指導となります。
- ◆ レッスン中の**発声やハイタッチ**等は控えてください。