

[土]美と健康の味方 骨盤底筋トレーニング				日 時	土 11:30~12:30		
講師	(一社)FPランド理学療法士TEAMマルタスO+	受講料	3,850円 / 11回	年間回数	22回	会場	2階 和室
持参物	筆記用具、運動のできる服装、ヨガマットまたはバスタオル						

講座実施日…●

予備日…講座日に実施できなかった場合の振替予定日

	1週	2週	3週	4週	5週
4月	4 ● 1回	11	18 ● 2回	25	
5月	2 ● 3回	9	16 ● 4回	23	30
6月	6 ● 5回	13	20 ● 6回	27	
7月	4 ● 7回	11	18 ● 8回	25	
8月	1 2期納入日	8	15 お盆	22	29 ● 9回 2期納入日
9月	5 ● 10回 2期納入期限	12	19 ● 11回	26	
10月	3 ● 12回	10	17 ● 13回	24	31
11月	7 ● 14回	14	21 ● 15回	28	
12月	5 ● 16回	12	19 ● 17回	26	
1月	2 休館日	9	16 ● 18回	23	30 ● 19回
2月	6 ● 20回	13	20 ● 21回	27	
3月	6 ● 22回	13	20 予備日	27	

R8. 8. 13 現在

【受講料納入について】次期受講料は、日程表記載の納入期限までにお支払いください。

【退講について】裏面「受講のきまり」に掲載の二次元コードまたは電話でお手続きください。

退講手続きが行われない場合、受講を継続されるものとみなし、次期の受講料が発生します。

- ◆この講座は来年の3月までの《1年間 全22回》実施する年間講座です。
- ◆受講料は年間講座回数 全 22回 を2期に分け、1期（11 回分）ごとに納入いただきます。
- 次期分（ 3,850円 ）は日程表に ●期納入日 ●期納入期限 と記載がある期間中に窓口でお納めください。
- ◆受講料の納入は〈平日・土曜は20：30まで、日曜・祝日は16：30まで〉をお願いします。
- ◆期間(1期)内に1回でも受講された場合、1期分の受講料をいただきます。他の期や他の講座への振替はいたしかねます。
- 期の途中から受講を開始される場合は、その期の残り回数分の受講料を納入いただきます。
- ◆開講日以降は、席をご準備しておりますので、自己都合(病気、ケガ、仕事や家庭の都合等)で一度も参加されなかった場合も、受講料は返金できかねます。
- ◆妊娠を理由に、スポーツ講座を退講する場合は事務室へお電話ください。妊娠事実が証明できる書類(例：親子健康手帳を確認の上、連絡日以降の残りの受講回数に応じて受講料を返金いたします。

退 講

- ◆退講される場合は、必ず右の二次元コードまたは電話でお手続きください。

退講手続きが行われない場合、受講を継続されるものとみなし、次期の受講料が発生します。



退講届提出フォーム

講座の中止・変更

- ◆講師や当センターのやむを得ない事情などにより、講座を中止することがあります。緊急の場合は、お電話しますので当センターの電話番号（096-345-3511）の登録をお願いします。また、講座内容の一部や講師を変更して実施することがあります。
- ◆講師の都合や台風地震等の自然災害のため、講座日に実施できなかった場合には、原則として「予備日」（表面 日程表参照）に振替実施します。振替実施できなかった場合は、その回数分の受講料を還付します。

受講に際してのご注意とお願い

- ◆当センターには専用駐車場はありませんが、隣のはあもにいが賃借している駐車場を利用することができます。
- はあもにいのイベントによっては駐車場が込み合うことがありますので、1階受付前に「駐車場混雑予想日ポスター」を掲示していますのでご確認ください。(ホームページ、SNSにも掲載) 駐車場は、はあもにいの料金・ご利用方法のご案内となります。有料・第1・第2・第3駐車場の4ヵ所すべてが満車になっている場合は玄関前に駐車の上、窓口にお声かけください。駐車できるスペースをご案内できる場合があります。
- ◆健康に不安がある方は、受講についてかかりつけ医等にご相談ください。受講による持病の悪化について、当センターおよび講師は一切の責任を負いかねます。ご自身の責任において健康管理をお願いします。
- ◆1日のみ欠席される場合のお電話は不要です。1か月以上欠席される場合のみご連絡ください。
- ◆引っ越しや電話番号を変更されたときは、速やかに事務室へお届けください。
- ◆貴重品は常に手元に置くか1階更衣室のロッカー(施錠時に100円硬貨が必要ですが、開錠後に戻ります)に施錠して保管し盗難・紛失に十分に注意してください。当センターでは盗難・紛失の責めを負いかねます。
- ◆子どもと一緒に参加できる講座以外、お子様連れでの受講はご遠慮ください。
- ◆講師、受講生の住所・電話番号などプライバシーに関するものは、お教えできません。
- ◆講師へのお中元、お歳暮、お祝い、志などのお心遣いは一切無用です。これらを目的とした受講生同士での金品の徴収などは固くお断りします。
- ◆センター内では、事前に許可を得たもの以外の物品販売や資格取得等の営業活動や幹旋は禁止しております。万が一、このような行為があった場合は速やかに事務局へお知らせください。
- ◆個人の道具はお預かりできません。講座終了後に必ずお持ち帰りください。
- ◆講座の準備、後片付け、掃除等、教室内や倉庫などの整理整頓にご協力ください。
- ◆受講中以外は教室内への入室はできません。
- ◆受講中の呼び出しは緊急の場合を除いてできません。講座運営を妨げる行為（私語や携帯電話の使用等）はご遠慮ください。
- ◆講師からの許可なく講座内での録画・録音行為はご遠慮ください。