

感染症対策を守ってからだを動かしましょう  
経験と専門知識が豊富なスポーツインストラクターといっしょに

## 第2回 “楽しく体操”

令和3年6月30日に“楽しく体操”を実施しましたが「続けてやりたい」というご要望が多く今回の開催となりました。

講師：村瀬 章子 氏

\*エアロビクス歴20年以上

\*転倒予防教室に指導アシスタントとして参加

\*エアロビクス教室で指導

日時：令和3年9月29日（水曜日）

午前10時 ～ 11時（開場9時45分）

場所：鶴嶺東コミュニティセンター・2階大会議室

参加費：無料

申込方法：9月10日（金曜日）より受付・先着20名

受付窓口又は電話での事前申し込み制とさせていただきます。（お名前・連絡先）

持ち物：タオル、水筒

鶴嶺東コミュニティセンターでは以下の感染症まん延予防対策をとっています

★事前に、いす・床等の消毒

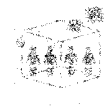
★入館時、マスク着用・手指の消毒・体温測定

★三密をさけるために、常にドア・窓を開放

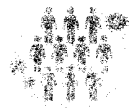
定員100名の会場で20名で実施 参加者の間隔は十分にとる

★水分補給以外はマスクを外さない

ご協力をお願いいたします



密閉



密集



密接

※ 感染症のまん延状況によっては中止もあり得ます。

★ お問い合わせ ★

鶴嶺東コミュニティセンター事業部

茅ヶ崎市西久保180

☎ 0467-84-6711

