

令和8年度 第2期教室 ご参加の皆様へ

	転ばぬ先のトレーニング／転ばぬ先のトレーニングライト
会 場	多目的室（2 階）
服 装	スカートやジーパン以外の動きやすい服装
ロッカー	更衣室のご利用時間を短くするため、着替えはできるだけご自宅にて済ませていただきますよう、ご協力お願いいたします。 着替えをする場合は2階更衣室をご利用いただき、それ以外の場所ではご遠慮ください。 タオルや飲み物などは会場に持ち込みいただけます。大きな荷物は更衣室内のロッカーをご利用ください。ロッカー代は20円です。（お帰り時10円は戻ります） 貴重品は1階フリーボックス（無料）をご利用ください。
上履き	室内用の運動しやすい靴
持ち物など	汗拭きタオル、水分補給用飲み物（フタのついた容器に入ったもの） くつ袋（外履き用）

▼注意事項（必ずお読みください）

- 教室参加者は教室開始前後に、トレーニング室をご利用いただけます。
- ⇒トレーニング室をご利用の際は、総合受付・教室入口にてトレーニング室利用券をお受け取り下さい。
- 教室開始前の血圧測定は任意となりました。会場には15分前から入場できます。
- 会場内への持ち込みは飲み物、タオル、外履き（くつ袋に入れてください）など、
それ以外の大きな荷物は更衣室内のロッカーに入れてください。
- 教室を休まれる際の連絡は不要です。（長期欠席の場合を除く）
- 館内では、指定エリア以外での飲食はできません。
- 教室の様子を動画・写真等で撮影することはできません。
- 駐車台数は16台です。個人利用や団体利用等が重なりますと、すぐに入庫できない場合がございます。
できるだけ公共交通機関をご利用ください。
- 駐車料金は最初の30分は無料、以降20分毎に100円がかかります。
- 日程につきましては領収書に記載しております。ご確認ください。
- 受講者の皆さまが教室参加にかかる伝達事項がある場合には、記入用紙にご記入の上、
教室初回日までにご持参ください。
- 会場へは受講者のみ入場できます。
- お子様のみで室内外ともに待たせることはできません。

※荒天等で教室が中止となる場合は、各教室開催日の当日にホームページ及びX(旧ツイッター)に掲載
します。ご確認ください。どちらもご利用になれない方は、お電話でお問合せください。

中止のお知らせがない場合は通常開催となります。

URL https://www.koto-hsc.or.jp/sports_center6/fukakita_sc

TEL 03-3820-8730

〒135-0023 江東区平野3-2-20 深川北スポーツセンター

HP



X

