

## 市民総合体育館・市民グラウンド・西和泉グラウンドの個人開放について

市民総合体育館・市民グラウンド・西和泉グラウンドの個人開放を下記のルールのもと実施します。

■市民総合体育館で行っている個人開放の各種目の定員は次のとおりとなります。

曜日	時間	種目	定員	会場		
月	14:00～15:00	チャレンジ体操	20	第3体育室		
	16:15～17:15	アクティブ体操	20	第3体育室		
	9:00～11:15	11:25～13:40	バドミントン	20	第1体育室	
	13:50～16:05					16:15～18:30
	18:45～20:00	卓球	40	第1体育室		
火	14:00～15:00	リフレッシュ体操	30	格技室		
	16:15～17:15	エアロビクス	20	第3体育室		
	17:30～18:30	エアロビクスビギナー	20	第3体育室		
水	10:00～11:00	エアロビクス	20	第3体育室		
	11:30～12:30	ワークアウトビギナー	20	第3体育室		
	18:45～20:00	バレーボール	30	第1体育室		
木	9:00～11:15	11:25～13:40	卓球	24	第2体育室	
	13:50～16:05					16:15～18:30
	18:45～20:00	14:00～15:00	レクリエーション体操	20	第3体育室	
土	9:00～11:15	11:25～13:40	卓球	40	第1体育室	
	13:50～16:05					16:15～18:30
	18:45～20:00	9:00～11:15	11:25～13:40	ビーチボール	30	第1体育室
	10:00～11:00	エアロビクス	20	第3体育室		
日	16:15～18:30	18:45～20:00	バスケットボール	30	第1体育室	
	9:00～11:15	11:25～13:40	バドミントン	12	第2体育室	
	13:50～16:05					16:15～18:30
18:45～20:00						

- 定員を超過した場合は利用をお断りさせていただきます。
- 入室の際は、チケット・チェックリストをスタッフにお渡してください。
- 第5スパンは20:00までとなります。※利用料金の変更はありません。
- チケット販売前からお並びいただくことはご遠慮ください。
- 休憩やプレー中等、人と人との距離を「できるだけ2mを目安に（最低1m）」は確保するようにしてください。また、強度が高い運動・スポーツの場合は、より一層距離を空けてください。
- 感染症予防のため、近距離での会話や発声、高唱を避けてください。
- タオル・飲み物の共有はしないでください。
- 競技中以外はマスクの着用をお願いします。
- 利用の際は、三つの密（密閉・密集・密接）を回避するよう工夫して利用してください。
- 換気のため定期的に換気をします。
- シャワーの利用はできません。
- 利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、施設管理者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告してください。