

令和6年度 第1期(4月～6月)アクションスクール受講生の皆さまへ

アクションスクールにお申込みいただきましてありがとうございます。

スクールについて、次の事項を御確認ください。

◆ 開講式について

第1回目のスクール開始時に開講式を行います。

(講師紹介、注意事項等の説明を行います。開講式終了後に教室を開始いたします。)

| プログラム | 開講日 | 場所 | 持参物 |
|----------|----------|---------------------|--|
| 火曜日プログラム | 4月9日(火) | トレーニング室内 エアロビクス室 | ・運動できる服装 ・タオル ・室内シューズ(必要なスクールのみ) ・受講生カード (第1回目のスクールでお渡しします。) |
| 水曜日プログラム | 4月10日(水) | | |
| 木曜日プログラム | 4月11日(木) | | |
| 金曜日プログラム | 4月12日(金) | | |

◆ スクールに係る傷害保険について

スクール受講中の事故やけがの保障は、当センターが加入する保険で対応します(保険料は受講料に含まれています)。スクール受講中にけが等をされた際は、すぐに担当講師とスクールスタッフに御連絡ください。

◆ 申し込み後の受講キャンセル・教室変更について

受講のキャンセル及び教室変更につきましては、下記の期限までに申し出があればキャンセル・変更が可能です(キャンセルの際は受講料を返金いたします)。期限を過ぎた場合は、教室変更や受講料の返金はありません。

| プログラム | 火曜日プログラム | 水曜日プログラム | 木曜日プログラム | 金曜日プログラム |
|--------------------|----------|----------|----------|----------|
| キャンセル期限 (21時まで) | 4月6日(土) | 4月7日(日) | 4月7日(日) | 4月9日(火) |

※ご返金できる受付時間は平日、土曜日は9時～20時。日曜、祝日は9時～16時となっております。

※ 4月8日(月)は休館のため、受付できません。

◆ スクールの休講について

主催者又は講師の都合、突発的な事故及び天災などのやむを得ない事情により、プログラムが休講になる場合があります。休講の場合は、次期スクール開始までの期間に、予備日で補講を行います(ただし、次期スクール開始までの期間中に、補講の日程や時間及び場所の調整ができない場合には、補講は行いませんので、あらかじめ御了承ください)。休講は、アクション福岡公式LINE及びホームページ、お電話(希望者のみ)にて連絡します。なお、予備日を欠席されたとしても、返金はありませんので御了承ください。

◆ その他

* 受講生カードは、トレーニング室への入退室の際に、サブインフォメーションへの提示が必要です。お忘れの場合は、当日有効のカードを渡しますので、インフォメーションにお知らせください。

* スクール終了後、浴室・サウナは利用できますが、必ずスクール終了後 30分以内にご退出ください。退出の際は、サブインフォメーションへ受講生カードを提示してご退出ください。

* 受講生が5名以下(シニアプログラムは7名以下)の場合、開講できないことがあります。

* 県立総合プールを20%割引で御利用できます(受講生限定・他割引との併用不可)。

* 遅刻・欠席の場合は、裏面連絡先まで御連絡をお願いします。

★ スクール日程

| 教室名 | | 時間 | スクール会場 | 日程 | |
|-----------|-------------|-------------|------------------------|---------------------|---------------------------|
| スタジオプログラム | 火曜日 | 太極拳 | 9:45～10:45 | トレーニング室内 エアロビクス室 | 4月 ①9, ②16, ③23, ④30日 |
| | | ピラティスベーシック | 11:00～12:00 | | 5月 ⑤7, ⑥14, ⑦21, ⑧28日 |
| | | ヒザ腰スッキリ | 13:30～14:30 | | 6月 ⑨4, ⑩11日 |
| | | ストレッチポール体操 | 14:45～15:30 | | 【予備日】 6月18, 6月25日 |
| | | アロハヨガ | 18:30～19:30 | | |
| | | 元気体操 | 19:45～20:45 | | |
| | 水曜日 | ZUMBA® | 9:45～10:45 | | 4月 ①10, ②17, ③24日 |
| | | 筋トレ&リラクソヨガ | 11:00～12:00 | | 5月 ④1, ⑤8, ⑥15, ⑦22, ⑧29日 |
| | | ピラティス | 13:30～14:30 | | 6月 ⑨5, ⑩12日 |
| | | ステップエアロ | 14:45～15:30 | | 【予備日】 6月19日, 6月26日 |
| | | ファットバーニング | 18:30～19:30 | | |
| | | リラクソヨガ | 19:45～20:45 | | |
| | 木曜日 | 姿勢改善トピラティス | 9:45～10:45 | | 4月 ①11, ②18, ③25日 |
| | | ボディメイクエアロ | 11:00～11:45 | | 5月 ④2, ⑤9, ⑥16, ⑦23, ⑧30日 |
| | | アフタヌーンヨガ | 13:30～14:30 | | 6月 ⑨6, ⑩13日 |
| | | 健康シニアエクササイズ | 14:45～15:30 | | 【予備日】 6月20日, 6月27日 |
| | | エアロエクササイズ | 18:30～19:30 | | |
| | | ビギナーヨガ | 19:45～20:45 | | |
| 金曜日 | ZUMBA GOLD® | 9:45～10:45 | 4月 ①12, ②19, ③26日 | | |
| | シニアベリーダンス | 11:00～11:45 | 5月 ④10, ⑤17, ⑥24, ⑦31日 | | |
| | アンチエイジングヨガ | 13:30～14:30 | 6月 ⑧7, ⑨14, ⑩21日 | | |
| | 健康体操・シニアヨガ | 14:45～15:30 | 【予備日】 6月28日 | | |
| | ビギナーピラティス | 18:30～19:30 | | | |
| | ビューティーヨガ | 19:45～20:45 | | | |

※スクールが休講になった場合は予備日で補講を行います。予備日を欠席された際についても、返金はできませんので御了承ください。

【お問い合わせ】(遅刻・欠席連絡)

アクション福岡プロジェクトチーム

(公財)福岡県スポーツ振興センター スポーツ推進課 企画情報係

〒812-0852 福岡市博多区東平尾公園 2-1-4

(福岡県立スポーツ科学情報センター) TEL 092-611-1717

休講等連絡において、電話連絡を希望されている方には、上記電話番号から連絡します。

御不在の際はお手数ですが、折り返しの電話をお願いいたします。

アクション福岡に関する様々な情報を配信しています。
ぜひご登録ください。



LINE



みくろな
SNSネットワーク



YouTube



Instagram