

四条本校ウェルネス体操会員各位

レッスントイム変更のお知らせとお願い

平素は当クラブに多大なるご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

2023 年 10 月より、さらに皆様に喜んでいただけるクラスをご提供するため、一部のレッスントイムを変更させていただくことになりました。ご利用いただいていたクラスの時間変更により、ご不便をおかけする事もあるかと存じますが、何卒ご了承ください。

具体的には、ご予約が増えて参りました「全身ストレッチ」クラスを、夜の時間帯でも行うことになりました。また遅い時間帯に「予防改善」クラスがなくご不便をおかけしておりましたので、19:05～「ひざと腰痛」クラスをご用意いたしました。

これからもより効果的で楽しいクラスを提供できるよう、スタッフ一同精進してまいります。何卒、ご理解とご協力を賜ります様お願い申し上げます。

<レッスントイムの変更内容>

2023 年 9 月末まで		2023 年 10 月より
月曜 18:05	【ストレッチ】ソフトチューブ	➡ 【ストレッチ】全身ストレッチ
火曜 18:05	【予防改善】肩こり	➡ 【筋トレ・ストレッチ】初級
火曜 19:05	【筋トレ・ストレッチ】上級	➡ 【予防改善】ひざと腰痛
※ 詳しくは、館内またはホームページのレッスントイム表をご確認ください。		

尚、グループレッスンにつきましては、以下規則に基づいて運営しておりますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

- グループレッスンは事前予約制ですので、必ずご予約の上お越しください。(定員あり)
- 予約キャンセルは、レッスン開始 20 分前までにお願いします。それ以降のキャンセルは、レッスン 1 回分消化となります。

※定員に達しているクラスは、他の方が予約待ちをされている可能性がございますので、キャンセルされる場合はお早めをお願いいたします。

- レッスンは出来る限り「れんらくアプリ」より、ご予約をお願いいたします。アプリの使い方がご不安な方は、サポートさせていただきますのでスタッフまでご相談ください。

- 翌月休会・退会される場合は、前月 20 日(ファイブ M 休館日の場合の電話連絡は前日)までに休会・退会届フォームをご提出ください。「れんらくアプリ」の「お知らせ」内にある「諸手続き」よりご提出いただけます。

※ウェブでのお手続きが難しい方はスタッフまでご連絡後、書面にて休会・退会届をご提出ください。

- 翌月のコース変更(レッスン回数などの変更)は、前月 20 日(ファイブ M 休館日は前日)までにご連絡ください。期日までにご連絡いただけなかった場合、受付はいたしかねますのでご了承ください。