

# 《水泳教室注意事項（成人）》

## 1. 入退場について

- 入場の際は、必ずプール受付にて受講票(封筒)と健康記録表(ご自身で印刷)を提出してください。
- ※受講票(封筒)は教室初日にお渡しします。教室初日のご入場の際は健康記録表のみ受付へご提出ください。
- プール入水時のお化粧品は厳禁です。また、危険防止のため指輪・ネックレスなどの装飾品はすべて外していただきます。また、手足の爪は短く切っておいてください。
- 教室開始時間までにプールサイドにお集まりください。
- 教室終了時は受講票(封筒)をプール受付でお取りになって退場してください。
- 教室前後30分以上遊泳される場合は、入場券が必要です。

## 2. 健康記録表 ※申込ページよりご自身で印刷

- 健康記録表は教室期間中のご自身の健康状態を正確に記入してください。
- また、異常がみられる場合はスタッフにご相談ください。(受講を控えていただく場合がございます)
- なお、疾患のある方は、事前にかかりつけ医に相談または診断を受け、支障のないことを確認してから受講してください。

## 3. 体調について

- 体調が悪い場合には無理をせず十分休養をとってください。
- また、次の事項に該当する方は受講を控えてください。
  - ①病氣中 ②目・耳の疾患 ③大病の直後 ④外傷 ⑤アレルギー体質
  - ⑥けいれんを起こしやすい方 ⑦てんかん体質

## 4. 当日準備するもの(持ち物は必要最低限にし、各自責任をもって保管してください)

- 水着(身体にあったもので、金具のついていないもの)
- 水泳帽(髪の毛をしっかりとおさえられるもの)
- 水泳用ゴーグル
- バスタオル
- 100円硬貨(更衣室ロッカーの施錠のため。利用後返却されます)
- 受講票(封筒)
- 健康記録表(当日の体調をご記入ください)
- 靴を入れる袋

## 5. その他

- プール内では規則を遵守し、スタッフの指示に従い、円滑な教室運営にご協力ください。
- 更衣室ロッカーの100円硬貨は使用後返却されますのでお取り忘れにご注意ください。
- 教室開始後のキャンセル等による受講料のご返金は致しかねます。(保険申請等のため)
- 台風や大雪等の影響で休講となる場合があります。教室開始1時間前までに判断いたしますので、当財団HPをご確認いただくか、施設へお問い合わせください。また、休講分は返金いたします。

• 欠席される際には、欠席理由も合わせて必ず施設にご連絡ください。