

2021年7月 ESS 日程表(スポーツセンター)

7月	7日(水)	14日(水)	21日(水)	
----	-------	--------	--------	--

A 黄帽子	15:20~16:20
D1 <2・3コース>緑帽子	16:20~17:20
D2 <1・4コース>緑帽子	17:20~18:20
E・白帽子	18:20~19:20

7月28日(水)~8月25日(水)は夏時間の日程になります

練習時間等は決まり次第改めて連絡します

- *必ず検温を受けてから入ってください(出欠の確認も兼ねています)
- *水着・帽子・ゴーグル・タオルの貸し出しはできません
- *退会する時は必ず受付にお知らせください

◆◆◆ ひ ま つ か ん せ ん よ ほ う 飛沫感染予防のために ◆◆◆

- マスクはプールに入る準備が出来るまで、はずさないでください
 - マスクをはずしたらきちんと保管してください
 - 練習が終わったら速やかに頭と顔を拭いてマスクをしてください
 - マスクをはずしたら、人との距離を取り、話をしないでください
- 上のことをお子さんにも必ず伝えてあげてください

ESS スポーツセンター