

## 2021年7月(改訂版) 8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

検温は練習開始10分前から始めます

☆☆☆ 7/28(水) から夏時間になります ☆☆☆

- \*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

🌊 夏 時 間 の 日 程 表 🌊

7/28(水) ・ 8/4(水) ・ 8/11(水) ・ 8/18(水) ・ 8/25(水)	
18:00~19:00	A1 ・ A2 ・ D1 ・ D4 ・ E1 ・ E2
19:00~20:00	A3 ・ D2 ・ D3 ・ E3 ・ E4

ご不明な点がございましたら 受付田中 まで

ESS スポーツセンター