



お子様の体調は いかがでしょうか？



- ◆運動は、体調の良い時に行ってこそ効果が表れます。
お子様の体調をご確認のうえ、練習にご参加下さい。
- ◆体調がすぐれない場合や、病気やケガが完治していない場合は無理をせず、その日の練習は控えるようにしましょう。
- ◆カゼなどの感染症を予防するため、「手洗い」「うがい」を励行していただくようお願いします。
- ◆体調について気になる点がある場合は、ご遠慮なく担当インストラクターにご相談下さい。

下記の症状・病状のあるお子様は練習をお控え下さい

- 発熱 ●腹痛 ●下痢 ●頭痛 ●疲労
- 中耳炎 ●水イボ ●結膜炎 ●睡眠不足 ●感染症
- その他本人が不調を訴えた時
- 予防注射した時など運動を禁止された場合
など



お子様が安全に練習が行なえるよう、皆様のご理解をお願いいたします。