

## TAKE 'S YOGA SCHOOL のコロナウィルス対策につきまして

2020年3月9日

受講生のみなさま、平素は当ヨガスクールをご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

昨今、世間で騒がれていますコロナウィルス対策ですが、当スクールの対応につきましてご連絡いたします。

当ヨガスクールでは新種のコロナウィルスにも負けない免疫力を高める身体や心作りをサポートしていきたいと考えています。

特に日生中央ヨガスクールは不特定多数の人が密閉した空間でしゃべり合うような環境ではないため、コロナウィルス対策を講じたうえでヨガクラスを3月も2月と同様に開講いたします。もちろん受講されるか、受講されないかは、受講生の判断にお任せいたします。

ただし、日生中央以外のよつばセンターなどのクラスは3月31日までは休講とします。それ以降の予定につきましては27日(金曜日)現在のコロナウィルスの発生情勢などによって判断することとします。3月のよつばセンターのウェルネスヨガの代わりにクラスを日生中央ヨガスクールで開催します。

### ■日生中央スクールのコロナウィルス対策につきまして

●ヨガ講師は外出時にはマスク着用・手洗い・うがいを徹底します。万一、風邪の諸症状が出ている場合には休講とします。

ヨガクラスでのアイピロー・お手玉の利用は中止し、ハンドマッサージや直接、身体に触れるアジャストは行わないようにします。

換気は絶えず行うようにしながらクラスを行います。

クラス終了後、ご利用された部屋の除菌を行います。

●受講生におかれましても、体温が37.5度以上の発熱や咳・クシャミなど風邪の諸症状が出ている場合には受講をお控えくださるようお願いいたします。

また入店時には手洗い消毒をお願いいたします。

ヨガマットはできるだけマイマットを推奨しますが、教室のマットを使う場合には、使用前と使用後の除菌をしていただくようお願いいたします。ヨガブロックも同様です。

また、ご自身のハンドタオルをご活用ください。

●現在お持ちの回数券、受講券で有効期限が3月以降のものにつきましては、1ヶ月間有効期限を延長いたします。(コロナウィルスの情勢によって延長期間はさらに延びる場合もあります)

## ■ネットヨガクラスを新たに開始いたします。

「スマートホン」や「タブレット」、「パソコン」、「ipad」などのインターネット接続機器をお持ちで、それを見ながらヨガができる場所が確保できる皆さま方は、ご都合の良い時間にリアルタイムで、ネット上で講師とマン・ツー・マン(個人またはご家族さま)でヨガが受講できるネットヨガクラスを開始いたします。



ネット機器をカメラで自分の全身(またはご家族全員)が映る位置に三脚などで設置していただくことで受講ができます。

私のスマートホン[シャープ AQUOS R2]で試したところ 1.8m くらい離れたところに三脚に設置したら自分の全身が映る最適な状態でした。スマートホン用三脚は DAISO や CANDY などの百円ショップにもありますが、スマホのホルダーは CANDY のものが壊れにくいのでお勧めです。

なお、初回の受講に当たり事前に設定や設置がうまくできるかを確認のうえで受講していただきますので、ご安心ください。

ヨガ講師側でクラスの最後まで、しっかりヨガができたことを見届け、受講生が受講券に手書きで受講日を記入いただいたことを確認したことをもって、ネットヨガクラスの受講が完了したものといたします。

またネットヨガクラスで、ポーズの方法やわからなかったことは後でメールや LINE などでご質問をいただければ、フォローいたします。

ご予約は個別に調整しますので、まずは、ご希望の日時を 2~3案用意していただき、TAKE までメールや LINE などでご連絡をお願いいたします。

以上、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

TAKE 'S YOGA SCHOOL 代表 TAKE