

※トレーニングマシンを初めて利用される方は初回利用者講習会に参加いただく必要があります。講習受講者には修了証を発行しますので、以後はお好きな時間帯でのご利用が可能です。

3月 トレーニングマシン初回利用者講習会日程

☆通常の初回利用者講習会(無料)☆

講習日	時間
3月10日(土曜日)	14:00~15:00
3月14日(水曜日)	20:00~21:00
3月31日(土曜日)	14:00~15:00

1. 対象者 高校生以上
2. 受講料 無料
3. 定員 各回10名(先着順)

必ずトレーニングウェア、室内シューズ、タオルをご持参下さい。

電話にて事前申込が必要です。

📍 安来市民体育館 TEL:0854-23-1923

☆個別での初回利用者講習会☆

講習日	時間
3月8日(木曜日)	10:00~11:00
3月22日(木曜日)	11:00~12:00
	19:00~20:00
3月29日(木曜日)	20:00~21:00

1. 対象者 高校生以上
2. 受講料 500円
3. 定員 各時間1名~3名(締切:前日の18時まで)

~メリット~
・目的別にトレーニングをご提案します!