

トレーニングルーム 初回講習会



Let's Enjoy
Training

初めて利用される方は『初回講習会』の受講が必要です。

日程	2月		3月		市内 高砂市・加古川・明石市 稲美町・播磨町・三木市 小野市 加西市・加東市 西脇市・多可町
	火曜日 10:00~	毎週	火曜日 10:00~	毎週	
	水曜日 18:30~	毎週	水曜日 18:30~	毎週	
	土曜日 13:30~	5・19日	土曜日 13:30~	12・26日	
料金	当日券		回数券 (11枚)		市外 上記以外の市町
区分	一般	学生	一般	学生	
市内	300円	200円	3000円	2000円	
市外	600円	400円	6000円	4000円	
備考	<p>受講内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ トレーニング利用にあたっての諸事項 ・ マシン機器の説明 (講習自体は1時間で終わります。後、自由時間) <p>受講資格・定員</p> <p>高校生以上・8名</p> <p>持ち物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 証明写真 (2.5cm×3.0cm) ※写真の裏面にお名前を明記してください ・ トレーニングウェア等、運動の出来る服装 (ジーパン不可) 室内用シューズ 				<p>注) 祝日は休講となります。</p>