

高砂市総合体育館



トレーニング室「初回講習会」開催のお知らせ

トレーニング室を利用される場合は『初回講習会』の受講が必要です。

| | | | |
|----|-----|-------|--------|
| 6月 | 木曜日 | 10:00 | 8・15日 |
| | | 18:30 | 8・15日 |
| | 土曜日 | 13:30 | 3・24日 |
| 7月 | 木曜日 | 10:00 | 6・20日 |
| | | 18:30 | 6・20日 |
| | 土曜日 | 13:30 | 15・29日 |

| | 当日券 | | 回数券(11枚) | | 市内は高砂市・加古川市・明石市・稲美町 播磨町・三木市・小野市・加西市・加東市 多可町・西脇市が対象となります。 |
|----|--------|--------|----------|--------|--|
| | 一般 | 学生 | 一般 | 学生 | |
| 市内 | 300円/回 | 200円/回 | 3,000円 | 2,000円 | |
| 市外 | 600円/回 | 400円/回 | 6,000円 | 4,000円 | |

- 申込方法 電話もしくは、体育館窓口にてお申し込み下さい。
- 受講資格 高校生以上
- 受講定員 1回 4名 ※予約優先
- 受講内容 利用にあたってのご案内・トレーニングマシンの使用説明。
※約1時間程度後自由利用可能。
- 持ち物 **証明写真(横2.5cm×縦3.0cm)**
※写真の裏にお名前を明記して下さい。
トレーニングウェア等、運動のできる服装(ジーパン不可)
室内用シューズ、学生証(学生の方)
トレーニング室利用料金(受講料は料金に含まれます)
- 注意事項 講習開始10分前には、体育館窓口にて受付を済ませて下さい。
時間に遅れた場合、持ち物を忘れた場合は受講をご遠慮いただきます。

