

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。

11月	火曜日	10:00	5・12・19・26日
		18:30	5・12・19・26日
	木曜日	10:00	7・14・21・28日
		18:30	7・14・21・28日
	土曜日	10:00	2・9・16・23・30日
		13:30	2・9・16・23・30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
- 受講資格
- 受講定員
- 受講内容

電話もしくは、体育館窓口にてお申し込み下さい。

高校生以上

1回 2名 ※予約優先

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、トレーニング室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。

高砂市総合体育館 079-432-9090

