

トレーニングルーム利用講習会

1. 【日程】

○印が講習会開催日です。

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	③	④	5	6
⑦	8	9	⑩	11	12	13
14	15	16	⑰	⑱	19	⑳
21	22	23	⑳	25	26	㉑
㉒	29	30	31			

8月

日	月	火	水	木	金	土
				①	2	3
4	5	6	⑦	8	9	⑩
⑪	12	13	⑭	15	16	17
18	19	20	㉑	22	23	㉒
㉓	26	27	㉔	㉕	30	31

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	④	⑤	6	7
8	9	10	⑪	12	13	14
⑮	16	17	⑱	⑲	20	㉑
22	23	24	㉕	26	27	㉒
㉓	30					

※ 注意事項 ※

- ・時間に遅れますと受講できませんので、ご注意ください。
- ・中学生以下はご利用になれません。
- ・予約制ではございません

開催時間

水曜日 … 午前10時 木曜日 … 午後7時
土曜日 … 午後3時 日曜日 … 午後7時

2. 三島市民体育館 2階 大会議室

3. トレーニングウェア等の運動に適した服装 (ジーンズ不可)

- ・体育館シューズ (屋外で使用していないもの)
- ・ボールペン等の筆記用具
- ・トレーニングルーム利用料

午前・午後	一般	100円	高校生	50円
夜間	一般	200円	高校生	100円

お問い合わせ : 三島市民体育館 055 (987) 7570