北地区体育館　トレーニングルーム利用講習会　日程表

令和8年度

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
第２日曜日 AM 10:00～11:00 11:00～12:00	12日	10日	14日	~~12日~~	9日	13日	11日	8日	13日
第４金曜日 PM 7:00～8:00 8:00～9:00	24日	22日	26日	24日	28日	25日	23日	27日	25日

※　トレーニングルームを利用できるのは、市内に在住、在勤、在学の高校生以上の方です。

※　事前に講習会に参加して、利用登録証の発行を受けてください。

※　講習会受講の予約は必要はありません。講習日に直接トレーニングルームへ行ってください。

※　講習会の所要時間は約1時間です。（上記のいずれか1時間を受講してください）

※　運動のできる服装・体育館履きをご用意ください。

受講後、トレーニングルームを利用する際は、利用登録証を提示してください。