

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6年度

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 第2日曜日 AM 10:00~11:00 11:00~12:00 | 14日 | 12日 | 9日 | 14日 | 11日 | 8日 | 13日 | 10日 | 8日 | 12日 | 9日 | 9日 |
| 第4金曜日 PM 7:00~8:00 8:00~9:00 | 26日 | 24日 | 28日 | 26日 | 23日 | 27日 | 25日 | 22日 | 27日 | 24日 | 28日 | 28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。