

# トレーニング室講習会について

## よくある質問 (Q&A)

Q. トレーニング室講習会とは？

A. 総合体育館が管理する、トレーニング室を利用するための講習会です。

※講習会を受講しなければトレーニング室のご利用はできません。

Q. 受講したいのですが、申し込みは必要ですか？

A. 申し込みは不要、受講される方は当日にトレーニング室へ直接お越しください。

Q. 必要な持ち物がありますか？

A. 運動のできる服装、内履きを持参してください。

Q. 年齢制限はありますか？

A. 高校生以上が対象となります。原則として中学生以下は利用禁止です。

Q. 何日の何時からやっていますか？

A. 毎月第2・第4水曜日の午後19時15分～ 1時間程度を予定しております。

詳しくは下記の予定表をご覧ください。

## トレーニング室講習会 年間予定表 (平成31年度)

月	第2水曜日	第4水曜日
4月	10日 午後19時15分～	24日 午後19時15分～
5月	8日 午後19時15分～	22日 午後19時15分～
6月	12日 午後19時15分～	27日 午後19時15分～
7月	10日 午後19時15分～	24日 午後19時15分～
8月	14日 午後19時15分～	28日 午後19時15分～
9月	11日 午後19時15分～	25日 午後19時15分～
10月	9日 午後19時15分～	23日 午後19時15分～
11月	13日 午後19時15分～	27日 午後19時15分～
12月	11日 午後19時15分～	25日 午後19時15分～
1月	8日 午後19時15分～	22日 午後19時15分～
2月	12日 午後19時15分～	26日 午後19時15分～
3月	11日 午後19時15分～	25日 午後19時15分～

