

# 見附市総合体育館 トレーニング室講習会について

トレーニング室は利用講習を受講し、登録証が発行されないと使用できません。  
必ず受講するようお願いいたします。受講については下記の通りとなります。

## ○ 内 容

利用方法の説明、実際の機器の使い方など

## ○ 時 間

毎月第2・第4水曜日

19:15～20:15 (予定)

※参加人数等により終了時間が前後する場合がございます。

## ○ 対 象

高校生以上

※中学生以下はトレーニング室を利用できません。

## ○ 持ち物

運動できる服装、内履き、タオル

## ○ 申 込

不要

※総合体育館1階ロビーにお集まりください。

令和元年度 講習会開催日		
	1回目	2回目
4月	10	24
5月	8	22
6月	12	27
7月	10	24
8月	14	28
9月	11	25
10月	9	23
11月	13	27
12月	11	25
1月	8	22
2月	12	26
3月	11	25

見附市総合体育館