

# トレーニング講習会のご案内

トレーニング室のご利用には必ず講習会の受講が必要です。  
施設の利用方法やマシンの使い方等をご説明します。

曜日	開催時間
月	11:00~12:00
水	14:00~15:00

曜日	開催時間
金	11:00~12:00
土	14:00~15:00
日	11:00~12:00

- 申込方法 地下1階スポーツセンター受付にお越しいただくか、お電話にて事前に予約をしてください。当日は地下1階スポーツセンター受付に開催時間の15分前にお越しください。  
※5分以上遅刻された場合は受講できない場合があります。  
また、他の事業等により休講になる場合がございます。詳しくはお問い合わせください。  
【TEL】 072-275-5029 【FAX】 072-243-4545

- 定員 各5名(先着順) ※15歳以上(中学生を除く)からの受講になります。
- 利用料 無料
- 持ち物 室内用シューズもしくはスリッパ。

