

# トレーニング講習 (事前予約制)

## 令和6年度実施要項

堺市立体育館のトレーニング室で、共用トレーニングを利用する際は「トレーニング修了証」が必要になります。講習を受講し、修了証を取得してください。  
ただし、「トレーニング講習修了証」でご利用いただける施設は以下のとおりです。

金岡公園体育館・初芝体育館  
鴨谷体育館・美原体育館・人権ふれあいセンター

対象： 高校生および高校生に相当する年齢以上の方

参加費： 720円

※堺市内在住で満年齢65歳以上の方は無料で講習が受けられます。

申込方法： 電話または来館による予約制

持ち物： 運動に適した服装(トレーニングウェア等)・室内用運動靴・タオルなど  
※ジーパンのような動きにくい服装はご遠慮ください。

学生証もしくは身分証明できるもの

※高校生および高校生に相当する年齢の方のみ必要

修了証用の顔写真(縦2.5cm×横2cm)

※受講前3ヶ月以内に撮影されたもの

実施場所： 金岡公園体育館 トレーニング室

**トレーニング講習の日時は、体育館までお尋ねください**

- 開始時刻に来られなかった場合は、受講できません。
- ご都合によりキャンセルされる場合は体育館まで連絡ください。
- 事前に医師の診断を受け、運動に支障のないことを確認しておいてください。
- 「暴風警報発令」などやむをえない事情により実施できない場合があります。
- トレーニング講習の実施時間は、状況により前後する場合があります。
- 受講資格の譲渡はできません。



指定管理者：堺市教育スポーツ振興事業団・ミズノグループ

**金岡**  
公園体育館

TEL 072-254-6601

Fax 072-251-0509

HP [http://sakai-esp.com/  
topics/kanaoka.htm](http://sakai-esp.com/topics/kanaoka.htm)