

# トレーニングルーム新規登録講習会日程表

R8年2月

※事前予約不要です

日付		開始時間 11:00	開始時間 14:00	開始時間 18:30	日付		開始時間 11:00	開始時間 14:00	開始時間 18:30
1	日		講習会		17	火		講習会	
2	月	講習会			18	水			講習会
3	火	休館日			19	木	講習会		
4	水			講習会	20	金	講習会		
5	木	講習会			21	土			講習会
6	金		講習会		22	日			講習会
7	土	講習会			23	月			講習会
8	日			講習会	24	火	講習会		
9	月	講習会			25	水		講習会	
10	火			講習会	26	木		講習会	
11	水	講習会			27	金			講習会
12	木			講習会	28	土			講習会
13	金		講習会						
14	土			講習会					
15	日			講習会					
16	月	休館日							

新規登録講習会…通常トレーニング器具講習会(約35分)とフリーウエイト器具講習会(約10分)

の合計45分になります。講習会終了後は自主トレーニングができます。

新規でトレーニングルームを利用される方は、必ず受講してください。

開始時間10分前には、管理事務所で受付をお済ませください。

持参するもの

- ・室内シューズ・トレーニングウェア・水分補給できるもの（ペットボトルなどフタ付のもの）
- ・利用料：400円（2時間）・タオル・ロッカーレンタル代100円（返却されます）
- ・靴を入れる袋

諸注意

※現在治療中の方、薬を服用されている方、健康状態に不安がある方は医師の診断・許可を受け、トレーナーに相談の上ご利用ください。

※講習会を受講できるのは、15歳以上（中学校卒業）の方です。

※IDカードの発行は初回は無料です。紛失等による再発行を受ける場合には300円必要です。

※70歳以上の方は無料です。年齢の確認できる証明書をお持ちください。

年齢が確認できない場合は有料(400円)となります。

※開始時間を過ぎての受講、トレーニングウェア以外での受講、また室内履きをお忘れの場合は受講できません。

※予定変更となる場合がございます。予めご了承いただきますようお願いいたします。

【お問い合わせ】 NITTANパークおおね管理事務所  
TEL 0463-77-7888  
受付営業時間 8:30~20:00