

※※内容の変更・中止もございます。※※
あらかじめご了承くださいませ。

トレーニング室利用講習会のご案内

トレーニング室のご利用は、「トレーニング室利用講習会」の受講が必要です。

対象など

- 時間 30分程度
- 対象 15歳以上（中学生除く）
- 定員 各回 7人（要予約）

※開催場所により定員人数が変更になる場合があります。

持ち物

① 身分証（免許証、保険証、学生証、在籍証明書、マイナンバーなど本人確認できるもの）

※市内在勤者は勤務証明など

- ② 受講料※右に記載
- ③ 障がい者手帳
- ④ 室内シューズ
- ⑤ トレーニングウェア
- ⑥ タオル・飲み物

申込み

● 申込み方法

窓口または電話でご予約ください。

・定員に満たない場合は、当日でも受講できる場合があります。

● 受講料

170円（市内在住・在勤・在学の人）

340円（その他の人）

・講習会含む2時間の利用が可能です。

● 当日の流れ

- ① 開始10分前までに体育館窓口へお越しください。
- ② 受講料の支払い。
- ③ 講習会場移動
- ④ 申請書・会員カード記入
- ⑤ 講習受講
- ⑥ 講習後トレーニングをされる方は着替をし、開始
- ⑦ 受付でカードを受け取り、終了

日時

① 1月8日(水)・22日(水)

□ 19:00～

② 1月17日(金)・31日(金)

□ 14:00～

③ 1月18日(土)

□ 10:30～ □ 14:00～

④ 1月12日(日)・26日(日)

□ 10:30～ □ 14:00～

その他

- ・トレーニングウェアは伸縮性があるもので、ジーンズや綿のパンツ、シャツやブラウス等でご遠慮ください。
- ・シューズは室内専用で運動に適さないとは判断したものは使用できません。
- ・ロッカーは100円の返却式です。

申込み

志木市民体育館

(指定管理者：ミズノグループ)



TEL 048-474-7666