※※コロナウイルス感染防止より、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もあります。

持ち物

① トレーニングウェア
② 室内シューズ・マスク
③ タオル・ 飲み物
④ 市内在住・在勤・在学の人は証明できるもの、その他の人は本人確認できるもの
⑤ 市内在勤者は勤務証明など
⑥ 市内在学者は学生証など
⑦ 障がい者手帳

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 3月14日(火)・21日(火)・28日(火)
□14：00～

② 3月15日(水)・22日(水)・29日(水)
□19：00～

③ 3月18日(土)・25日(土)
□10：30～　□14：00～

④ 3月19日(日)・26日(日)
□10：30～　□14：00～

その他

・トレーニングウエ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はご遠慮ください。
・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