掲載日：11月1日(日)

2026年11月1日～30日　トレーニング室
【はじめてトレーニング】 開催スケジュール

11月のはじめてトレーニングのスケジュールは下記のとおりです。

曜　日	時　間	11月				
月	13：00～13：30		2	9	16	23/30
火	12：30～13：00		3	10	17	24
水	13：00～13：30		4	11	18	25
木	14：30～15：00		5	12	19	26
金	12：00～12：30		6	13	20	27
土	12：30～13：00		7	14	21	28
日	13：00～13：30	1	8	15	22	29

トレーニング室ご利用申込者限定！



初めてご利用の方、ご不安な方は、是非お申込みください。

＜内　　容＞ ３０分 / 各枠 定員１名（ご友人、ご家族２名で希望の場合は要相談）
トレーニング室のご利用上の注意点・目的別マシン４種目の使い方のご案内

＜参加できる方＞ 管理事務所窓口にてトレーニング室の利用申請の手続きを完了され、トレーニング室利用料金をご入金後、【はじめてトレーニング】の受講が可能です。

＜申し込み方法＞ ①トレーニング室受付、②お電話　のいずれかで事前にご予約ください。
※事前予約または当日予約ができます。先着順のため定員になり次第締め切りとなります。



＜持　ち　物＞ 定期券利用の方はトレーニング室利用有効期限内のシールが添付されている体育施設利用者カード、回数券・1回利用の方はチケットをトレーニング室受付にご持参ください。
動きやすい服装・蓋のついた飲み物（瓶・缶は不可）
汗を拭くタオル・踵を覆ったフィットネスシューズ（内履き）
※参加時間開始5分前に着替えを済ませてトレーニング室へお越しください。

開催スケジュールは一部変更する場合がございます。詳しくは窓口にお気軽にお尋ねください。

12月の【はじめてトレーニング】開催スケジュールは11月25日ごろ掲載予定です。

船橋市運動公園　管理事務所　☎ 047-438-4461　（窓口最終受付／９：００～２０：３０まで）