

# トレーニング室利用者実技講習会

トレーニング室を利用するには、登録証が必要です。

講習会を1回受講していただくと登録証が発行でき、吹田市の各体育館・総合運動場・片山市民プールでお使いいただけます。

トレーニング室を正しく安全に使用するための実技講習会です。1回の受講で登録証を発行します。



## —予約制—

- ☆ 募 集 : 随時受付
- ☆ 申込方法 : 事前予約が必要です。お電話か直接ご来館下さい。
- ☆ 開催日 : 月曜日 10:00~11:30 / 水曜日 19:15~20:45 / 土曜日 15:15~16:45  
※祝日・夏期・年末年始は休講です。
- ☆ 持ち物 : 写真(3×2.4cm)免許証と同じサイズです。※お持ちいただけない場合その日は発行できません。トレーニングウェア、水分補給飲料、タオル、体育館シューズ、身分証明
- ☆ 対 象 : 中学生以下を除く
- ☆ 定 員 : 月曜日 5名 水曜日 5名 土曜日 5名
- ☆ 料 金 : ¥150- 大人市内料金(高校生以上の市内在住、在勤、在学者)  
: ¥300- 大人市外料金



## —設備一覧—

- ・エアロバイク      ・トレッドミル      ・ステップマシン      ・クロストレーナー
- ・アブドミナルクランチ      ・ローワーバック      ・チェストプレス      ・ラットプルダウン
- ・レッグプレス      ・レッグカール      ・バタフライ      ・レッグエクステンション
- ・スミスプレスステーション      ・ベンチプレス      ・アブクランチ      ・バックエクステンション



詳細につきましては下記までご連絡下さい。

吹田市片山市民体育館

〒564-0072 大阪府吹田市出口町31番2号

TEL 06-6389-2681 FAX 06-6389-2682

