

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。

トレーニング室をただしく安全にお使いいただくための実技講習会です。

—予約制—

☆募 集：随時受付

☆申込方法：事前予約が必要です。お電話か直接来館ご来館下さい。

☆開 催 日：水曜日19:15～20:45 / 土曜日10:00～11:30

※祝日・夏季・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、タオル、体育館シューズ、身分証明書

☆対 象：中学生以下を除く

☆定 員：水曜日5名 土曜日5名

☆料 金：¥150- 大人市内料金（中学生以下を除く市内在住、在勤、在学者）
：¥300- 大人市外料金

—設備一覧—

・エアロバイク	・ランニングマシン	・レッグカール	・レッグエクステンション
・レッグプレス	・チェストプレス	・ラットプルダウン	・オーバーヘッドプレス
・ローワーバック	・アブクランチ	・懸垂マシン	・バックエクステンション
・ベンチプレス	・インクラインベンチ	・フラットベンチ	・スミスプレスステーション
・スクワットラック	・プラットホーム	・ストレッチスペース	・ベルトバイブレーター

詳細につきましては下記までご連絡下さい。

吹田市立目俵市民体育館

〒564-0021 大阪府吹田市目俵町1番11号

TEL 06-6383-3017 FAX 06-6383-3073