

トレーニングルーム利用講習会

1. [日程]

7月

○印が講習会開催日です。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	④	⑤	6	⑦
⑧	9	10	⑪	12	13	⑭
15	16	17	18	19	20	21
⑳	23	24	㉕	㉖	27	㉘
29	30	31				

8月

日	月	火	水	木	金	土
			1	②	3	④
5	6	7	⑧	9	10	11
⑫	13	14	⑮	16	17	⑱
⑲	20	21	22	23	24	㉕
26	27	28	㉙	㉚	31	

9月

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

※ 注意事項 ※

- ・時間に遅れますと受講できませんので、ご注意ください。
- ・中学生以下はご利用になれません。
- ・予約制ではありません

開催時間

水曜日 … 午前10時 木曜日 … 午後7時
土曜日 … 午後3時 日曜日 … 午後7時

2. 三島市民体育館 2階 大会議室

3. トレーニングウェア等の運動に適した服装 (ジーンズ不可)

- ・体育館シューズ (屋外で使用していないもの)
- ・ボールペン等の筆記用具
- ・トレーニングルーム利用料

午前・午後	一般	100円	高校生	50円
夜間	一般	200円	高校生	100円

お問い合わせ : 三島市民体育館 055 (987) 7570