

# 北地区体育館 トレーニングルーム利用講習会 日程表

平成29年度

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
第2 日曜日 AM 10:00~11:00 11:00~12:00	9日	14日	11日	9日	13日	10日	8日	11日 (土)	10日	14日	11日	11日
第4 金曜日 PM 7:00~8:00 8:00~9:00	28日	26日	23日	28日	25日	22日	27日	24日	22日	26日	23日	23日

◎ 11月は第二土曜日になっています。ご注意ください。

- ※ トレーニングルームを利用できるのは、市内に在住、在勤、在学の高校生以上の方です。
- ※ 事前に講習会に参加して、利用登録証の発行を受けてください。
- ※ 講習会受講の予約は必要はありません。講習日に直接トレーニングルームへ行ってください。
- ※ 講習会の所要時間は約1時間です。(上記のいずれか1時間を受講してください)
- ※ 運動のできる服装・体育館履きをご用意ください。

受講後、トレーニングルームを利用する際は、利用登録証を提示してください。