

トレーニング講習会のご案内（10月）

講習会では、器具の使い方やトレーニング室の利用方法など説明致しますので、初めてトレーニングする方でも安心してご利用いただけます。

日 時 ① 10 / 9 (土) 14:00~ ② 10 / 14 (木) 10:00~
③ 10 / 20 (水) 10:00~ ④ 10 / 30 (土) 19:00~



いずれか1回受講して下さい。※マスク着用厳守

受講料 1,100円 (受付当日)

(講習会受講後は当日限り無料でご利用いただけます。※時間制限)

対象者 高校生以上

定員 【予約制】各回10名限定 電話又は窓口にて受付

持ち物 ●運動できる服装 (ジャージ等) ●飲み物
●室内用運動靴 (トレーニング室は土足厳禁です) ●タオル

講習会が始まる15分前には体育館にお越し下さい。

お問い合わせ 塩釜ガス体育館 ☎022-362-1010