

トレーニング講習会のご案内 (8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 8/ 4(土) 10:00~ 8/ 9(木) 19:00~
 8/18(土) 14:00~ 8/23(木) 19:00~
 8/30(木) 10:00~ いずれか1回受講して下さい。

受講料 1,000円 (受付当日) 予約不要 (講習会受講した方は当日限り終了後無料でご利用いただけます。)

利用料 一般 100円 高校生 50円

対象者 高校生以上

持ち物 運動できる服装 (ジャージ等)、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