

はじめてトレーニング室を利用されるかたへ

中学生

■講習会について

- はじめて当施設を利用される方は**講習会の受講**が必要です。
講習会は、トレーナーから利用方法や注意点の説明を受けていただき、皆様が安全にご利用いただくためのものです。**中学生と保護者のかたご一緒に受講**が必要です。
- 受講後に修了証を発行します。**修了証はご利用時に毎回ご提示が必要**です。
- 講習会時には、保護者のかたの同意書（自署）が必要です。
- 中学校を卒業後、新たに生徒の対象（高校生）となった場合は、再度学生証等の提示が必要です。

■講習会開催日と時間

- 講習会は事前の予約が必要です。先着で5名までとなり、空きがあれば当日の予約も可能です。（1ヵ月以上先の予約はできません）

講習会開催（トレーナー在室日）

中央体育館…**火曜・木曜・土曜・祝日**

第1回 11:00～ 第2回 15:00～ 第3回 19:00～

沼南体育館…**水曜・金曜・日曜・祝日**

第1回 9:30～ 第2回 15:30～ 第3回 19:00～

各講習会の開催時間**30分前まで**に、体育館窓口で必ず受付をしてください。**15分前を過ぎると講習会を受けることができません**のでご了承ください。

■ご用意いただくもの

- 運動のできる服装、室内用シューズ
室内用シューズを忘れた方はご利用ができません。
- 生徒（高校生以下）のかたは学生証
- 市内在住のかたは公的身分証明書（住所が確認できるもの）
- 市内在勤、在学のかたは在勤証明書、学生証
- 施設利用料金 市内在住在勤のかた 270円（生徒 130円）
市外のかた 400円（生徒 190円）

中央体育館 TEL 04-7164-9573

沼南体育館 TEL 04-7193-1111