

トレーニングルーム利用者登録講習会日程表

(※フリーウエイト器具の講習も含まれます。)

【お問い合わせ】

おおね公園管理事務所

R元年、10月の日程

受付時間8：30～20：00

TEL 0463-77-7888

日付	開始時間 10:30	開始時間 11:30	開始時間 13:30	開始時間 14:30	開始時間 18:30	日付	開始時間 10:30	開始時間 11:30	開始時間 13:30	開始時間 14:30	開始時間 18:30
1	火					16	水		体力測定		講習会
2	水			体力測定		17	木	体力測定			
3	木	体力測定			体力測定	18	金			体力測定	
4	金			講習会		19	土	講習会		講習会	
5	土	講習会		講習会	体力測定	20	日	9時30分～18時30分までご利用できません。			
6	日	講習会		講習会	体力測定	21	月	休館日			
7	月		講習会			22	火		体力測定		
8	火					23	水				
9	水			講習会		24	木				講習会
10	木	体力測定				25	金		体力測定		体力測定
11	金		講習会			26	土		体力測定		体力測定
12	土		体力測定	講習会	体力測定	27	日	講習会		講習会	
13	日	講習会		講習会		28	月				講習会
14	月				講習会	29	火			体力測定	
15	火		体力測定			30	水	講習会			
						31	木				講習会

◆10月20日(日)は、9:30～18:30までご利用できません。(18:30よりご利用できます。)21時閉館。

◆10月21日(月)は休館日です。トレーニングルームのご利用はできません。

現在治療中の方、薬を服用されている方、健康状態に不安がある方は
医師の診断を受けてからトレーナーに相談の上、ご利用ください。

*1

新規登録講習会…通常トレーニング器具講習会(最初に約60分)とフリーウエイト器具講習会(約20分)
の合計約80分になります。

新規でトレーニングルームを利用される方は、初回に必ず受講してください。

(予約制です。電話予約可)

ただし、秦野市総合体育館・中野健康センター・サンライフ鶴巻の登録カードを
お持ちの方は受講せずにご利用いただけます。(※フリーウエイト器具を除く)
中学生以下のお子様の利用は出来ません。

開始時間10分前には、管理事務所受付をお済ませください。

※開始時間に遅れますと講習会の受講はできません。ご注意ください。

※講習会を受講できるのは、15歳以上(中学校卒業)の方です。

*2

フリーウエイト器具講習会…フリーウエイト器具のみの講習会：約20分です。

(注：記載されている講習会開始時間の約60分後に開始です。)

【受講対象者】

平成25年3月31日以前におおね公園で講習会を受講した方

及び秦野市総合体育館・中野健康センターで講習会を受講した方

※サンライフ鶴巻のカードをお持ちでフリーウエイト器具を利用したことが
ある方は受講の必要はありません。

(予約制ではありません。)

開始時間までにフリーウエイト器具の前に集合してください。

持参するもの

- ・室内シューズ
- ・運動ができる服装
- ・水分補給できるもの(ペットボトルなどフタ付のもの)
- ・利用料：400円(2時間)※70歳以上は無料です。身分証明書をお持ちください。
- ・タオル
- ・ロッカー代 100円(返却されます)
- ・老眼鏡(問診票ご記入時に必要な方のみ)

*体力測定……講習会を受けた方はどなたでも参加できます。(予約制です。電話予約可)

*一般利用……登録講習会を受講された方はいつでも2時間までご利用できます。

登録講習会や体力測定の開催時も一般利用ができます。

トレーニングルームの休館日……第3月曜日、12月29日～1月3日

(第3月曜日が祝祭日の場合は、その週の最初の平日が休館日となります。)

※IDカードの発行は、初回は無料です。紛失等による再発行を受ける場合には300円必要です。

★予定が変更となる場合がございますので、あらかじめご了承願います。

おおね公園管理事務所