

トレーニング室初回講習のご案内

利用料金

1日1回 220円
高校生 110円
(高校生に相当する年齢)

利用時間

9:00~21:00
※入室時間は、9:00~20:30

お問合せ先

鴨谷体育館
TEL: 072-296-1717
FAX: 072-294-1766

- ★トレーニング室のご利用には「トレーニング講習修了証」が必要です。
★はじめてご利用になるお客様は、必ずトレーニング講習を受講してください。

2025年 トレーニング講習日程（予約制） 定員 6名/回

実施日	実施時間	実施日	実施時間
5月10日	16:00~16:30	5月20日	16:00~16:30
5月10日	17:00~17:30	5月20日	17:00~17:30
5月11日	16:00~16:30	5月25日	16:00~16:30
5月11日	17:00~17:30	5月25日	17:00~17:30
5月19日	16:00~16:30	5月27日	16:00~16:30
5月19日	17:00~17:30	5月27日	17:00~17:30

【申込み方法】 各実施日を確認のうえ、窓口または電話にて予約を行ってください。
先着順となります。

【受付時間】 9:00~21:00

【受講年齢】 高校生以上の方

【受講料金】 720円（受講日当日にお支払いください）

【持ち物】
・ 室内用シューズ、飲み物（蓋つきのもの）、タオル
・ 実技をご希望の方は、運動できる服装（ジーパン不可）
・ 修了証用の顔写真1枚（縦2.5cm×横2cm）

【講習内容】
① 利用方法・注意事項の説明
② トレーニングマシンの説明（ご希望の方）

【その他】
・ 申込み後に受講をキャンセルされる場合は必ずご連絡ください。
・ 当日遅刻した場合は受講できません。（時間厳守）

【備考】
・ 事前に医師の診断を受け、運動に支障のないことを確認してください。
・ 講習中の事故等については、応急処置のみ行います。
・ 金岡、初芝、美原体育館および堺市立人権ふれあいセンターで受講済みの方はその修了証で鴨谷体育館トレーニング室もご利用いただけます。

《お問合せ先》

堺市立鴨谷体育館（TEL: 072-296-1717/FAX: 072-294-1766）

指定管理者：さかい健幸スポーツコミュニティ（代表企業：アシックススポーツファシリティーズ株式会社／構成企業：南海ビルサービス）

鴨谷体育館

