

6月度トレーナー配置及び 講習会実施の日程



トレーニング方法や健康に関する事を聞きたい方はトレーナー配置
時間にお越しください。また、初めてトレーニング室をご利用の方は
必ず講習会を受講してください。

トレーナー常駐時間のみ高校生の利用が可能です。

	月	火	水	木	金	土	日
	6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	6/7
トレーナー 常駐時間		13:00~21:00	13:00~21:00	10:00~21:00	13:00~21:00	13:00~21:00	13:00~21:00
講習会 実施時間	(休館日)	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~
	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14
トレーナー 常駐時間						9:00~16:30	9:00~12:00
講習会 実施時間	(休館日)					①10:00 ②14:00	スポーツフェ スティバル (無料開放)
	6/15	6/16	6/17	6/18	6/19	6/20	6/21
トレーナー 常駐時間		13:00~21:00	13:00~21:00	10:00~21:00	13:00~21:00	13:00~21:00	13:00~21:00
講習会 実施時間	(休館日)	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①16:00~ ②19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~
	6/22	6/23	6/24	6/25	6/26	6/27	6/28
トレーナー 常駐時間				9:00~16:30	9:00~16:30	9:00~16:30	9:00~16:30
講習会 実施時間	(休館日)			①14:00	①10:00 ②14:00	①10:00 ②14:00	①10:00 ②14:00
	6/29	6/30					
トレーナー 常駐時間		13:00~21:00					
講習会 実施時間	(休館日)	①14:00~ ②16:00~ ③19:00~					

※上記配置時間内においてもトレーナーが不在になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

講習会について

所要時間：約1時間
定員：各時間5名(先着順)
予約方法：電話又は総合体育館受付
持ち物：トレーニングウェア、屋内シューズ、施設利用料金+300円(カード発行手数料)



大河原町総合体育館 電話：0224-53-1010