

# 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<br>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<br>実施時間   | (休館日) | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ |
|               | 6/8   | 6/9                           | 6/10                          | 6/11                          | 6/12                          | 6/13                          | 6/14                          |
| トレーナー<br>常駐時間 |       |                               | 9:00~16:30                    |                               |                               | 9:00~16:30                    | 9:00~12:00                    |
| 講習会<br>実施時間   | (休館日) |                               | ①10:00<br>②14:00              |                               |                               | ①10:00<br>②14:00              | スポーツフェ<br>スティバル<br>(無料開放)     |
|               | 6/15  | 6/16                          | 6/17                          | 6/18                          | 6/19                          | 6/20                          | 6/21                          |
| トレーナー<br>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<br>実施時間   | (休館日) | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①16:00~<br>②19:00~            | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ | ①14:00~<br>②16:00~<br>③19:00~ |
|               | 6/22  | 6/23                          | 6/24                          | 6/25                          | 6/26                          | 6/27                          | 6/28                          |
| トレーナー<br>常駐時間 |       |                               |                               | 9:00~16:30                    | 9:00~16:30                    | 9:00~16:30                    | 9:00~16:30                    |
| 講習会<br>実施時間   | (休館日) |                               |                               | ①14:00                        | ①10:00<br>②14:00              | ①10:00<br>②14:00              | ①10:00<br>②14:00              |
|               | 6/29  | 6/30                          |                               |                               |                               |                               |                               |
| トレーナー<br>常駐時間 |       | 13:00~21:00                   |                               |                               |                               |                               |                               |
| 講習会<br>実施時間   | (休館日) | ①14:00~<br>②16:00~<br>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