

12月

## あづま総合体育館トレーニング室

## ★ 初回説明会のご案内 ★

初めてトレーニング室を利用する方は、「初回説明会」の受講が必要となります。

※初回説明会は事前予約制です。下記の予定表の○印の中から選び、前日までに  
予約してください。なお、各回定員 5 名になり次第締め切りといたします。

初回説明会受講希望の方はこちらをご覧ください。

## 利用対象者

高校生以上（高校生に該当する年齢の方も含む）

※医師に運動を止められている方、伝染病及び各種疾病にかかっている方、妊娠している方等は、利用をご遠慮ください。

※高校生は、当日生徒手帳等身分を証明出来るものの提示が必要です。

## 準備物

- ・トレーニングウェア（ジーンズ等をご遠慮ください。）
- ・室内専用トレーニングシューズ
- ・タオル（体験をしていただきますので、必ずお持ちください。）
- ・料金（一般 250 円、生徒等 130 円）
- ・飲料水（ペットボトルなどふたのできるもの）
- ・マスク（新型コロナウイルス感染症予防のため）

## ロッカー・更衣室のご案内

- ・着替え、手荷物等は 1 階の更衣室（コインロッカーあり）又は 2 階トレーニング室コインロッカーをご利用ください。

トレーニング室初回限定プランはじめて割り

初回説明会参加後、1 ヶ月以内に月会員にお申込みいただくと、初回発行時に限り、有効期限が 30 日間から 50 日間に延長されるサービスとなります。ぜひ、ご利用ください。（1 日 2 時間までご利用できます）

## 令和3年12月

	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	
10:00		○				サービスデー	○	休園日		○					休園日		
14:00					○				○								
19:00			○	○									○	○			
	日	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
10:00				○	○		休園日							休園日			
14:00			○					○									
19:00						○					○	○					

※大会の際は駐車場の混雑が予想されます。ご迷惑をお掛け致しますが、ご了承お願い致します。

※ビデオでの説明会となります。

お申込み・お問合せ先

あづま総合体育館：024-593-1111 まで