

# トレーニング初回講習会

## 1. 利用条件

- ・高校生以上の方となります。

## 2. 予約方法

- ・**前日午後9時までに**、直接又は電話にて、総合体育館まで、お申込み。

※前日が休館日にあたる場合は前々日まで

※各回先着5名まで

※施設の都合により、休講することがあります。ご了承ください。

## 3. 初回講習会時間

平日	①15:00～ ②19:00～
土曜・休日	①10:00～ ②15:00～ ③19:00～

## 4. 受講当日

- ・開始10分前までに1F事務室に集合して下さい。
- ・券売機にて利用券を購入してください（市内在住・在勤・在学いずれかの方210円、それ以外の方420円）。

※ お子様連れでの受講はできません。

※ 必ず運動が可能な服装で受講して下さい。（ジーンズ、スカートなどは不可）

※ 室内シューズを準備して下さい。

※ 原則、講習会当日は時間厳守です。遅れた場合は受講できません。

《お問合せ先》

新座市民総合体育館

休館日：第2、第4月曜日・年末年始  
（ただし、休日にあたる場合は翌日）

☎048-478-8011