

# フィットネス講習会 要項

開催日 休館日を除く、各日



開催時間 各日 10:00、14:00、19:00

(講習時間は約1時間)

※講習開始時間の15分前に、2階窓口にお越しください。

定員 各時間帯ごとに、3名まで  
(満員の場合は、別の日時をご指定ください。)

申し込み **各月の月末から**  
体育館窓口またはお電話でご確認の上、お申し込みください。

対象 中学校卒業以上の方



内容 フィットネスルームの利用方法、  
およびトレーニング器具の使用法ほか  
修了者にフィットネスルームの利用証を交付します。

当日持参品 1. トレーニングウェア (ジーンズ、ベルトは不可)  
2. 体育館用シューズ (土足厳禁)  
**※レンタルシューズは別途500円 必要**  
3. 受講料(下記、利用料の表を参照)



お問合せ 守口市民体育館 TEL 06-6992-8201

## <フィットネスルーム利用案内>

利用時間 午前9時から午後8時45分 (受付は午後8時まで)

休館日 **毎月第1、3水曜日 (祝日に当たる場合はその翌日)**  
12月29日から1月3日  
※その他臨時に休館(休室)する場合があります。



利用料

守口市にお住まいの方  
(在職・在学を含む)

500円 (65歳以上の方、  
障がい者手帳をお持ちの方250円)

守口市以外に  
お住まいの方

1000円 (65歳以上の方、  
障がい者手帳をお持ちの方500円)

