

令和4年度 トレーニングマシン使用法講習会

トレーニングをしたいけど、わからない。そんな方にていねいに説明します。

期：月1回

曜日：主に日曜日 時間：12:00~13:30

対象：中学生以上

定員：6人（毎回）

場所：ディスプレイ（トレーニングルーム）

受講料：

会 員	一 般
無 料	200円

※別途、施設利用料300円が必要となります。（定期券可）

日程： 4月 10日（日）

5月 15日（日）

6月 19日（日）

7月 17日（日）

8月 ー

9月 11日（日）

10月 16日（日）

11月 20日（日）

12月 18日（日）

1月 22日（日）

2月

3月