

2019年度トレーニング講習会日程表

受付・講習会場					
総合体育館			温水プール		
受付 開始日	講習日		受付 開始日	講習日	
	9:00～9:45	18:00～18:45		9:30～10:30	18:00～19:00
	9:45～10:30	18:45～19:30			
3/23(土)	4/21(日)	4/12(金)	3/25(月)	4/23(火)	4/6(土)
4/22(月)	5/21(火)	5/11(土)	4/24(水)	5/19(日)	5/29(水)
5/22(水)	6/22(土)	6/ 5(水)	5/30(木)	6/19(水)	6/29(土)
6/23(日)	7/25(木)	7/ 7(日)	6/30(日)	7/18(木)	7/27(土)
7/26(金)	8/24(土)	8/ 5(月)	7/28(日)	8/18(日)	8/26(月)
8/25(日)	9/17(火)	9/ 7(土)	8/27(火)	9/20(金)	9/29(日)
9/18(水)	10/ 6(日)	10/23(水)	9/30(月)	10/29(火)	10/19(土)
10/24(木)	11/25(月)	11/10(日)	10/30(水)	11/17(日)	11/28(木)
11/26(火)	12/ 8(日)	12/20(金)	11/29(金)	12/22(日)	12/18(水)
12/21(土)	1/23(木)	1/11(土)	12/23(月)	1/18(土)	1/9(木)
1/24(金)	2/22(土)	2/ 4(火)	1/19(日)	2/7(金)	2/16(日)
2/23(日)	3/13(金)	3/22(日)	2/17(月)	3/1(日)	3/16(月)

トレーニングルームをご利用になるには事前に講習会を受講する必要があります。

＜対象者＞ 15才以上（中学生は不可）

＜受講料＞ 無料

＜定 員＞ ○総合体育館 各回30名 ○屋内温水プール 各回30名 （先着順）

＜受付開始日＞ 各講習月の2回目終了日の翌日より受付開始

＜受付場所及び時間＞ 総合体育館 午前8時30分～午後8時00分

温水プール 午前9時～午後8時00分まで

＜申込みについて＞

- ・ 受講される会場の窓口又は電話でお申込み下さい。
- ・ 申込は代理の方でも可能です。（受講は本人に限る）
- ・ 体育館か温水プールのどちらかで受講すれば登録カードは共通で利用できます。
- ・ 受付開始日より随時受付し、定員になり次第締切ります。
- ・ 講習会当日の申し込みは受付いたしません。

＜持ち物等＞ 運動ができる服装（温水プールのみ）、上履き（運動靴）

問い合わせ 茅ヶ崎市総合体育館

82－7175

茅ヶ崎市屋内温水プール

84－1144