

## 令和5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			
3/26(日)	4/22(土)	4/14(金)	3/30(木)	4/25(火)	4/16(日)
4/23(日)	5/15(月)	5/ 7(日)	4/26(水)	5/14(日)	5/23(火)
5/16(火)	6/13(火)	6/24(土)	5/24(水)	6/26(月)	6/ 4(日)
6/25(日)	7/ 9(日)	7/20(木)	6/27(火)	7/ 8(土)	7/25(火)
7/21(金)	8/ 5(土)	8/16(水)	7/26(水)	8/23(水)	8/ 6(日)
8/17(木)	9/19(火)	9/ 3(日)	8/24(木)	9/10(日)	9/28(木)
			9/29(金)	10/23(月)	10/15(日)
			10/24(火)	11/26(日)	11/ 7(火)
			11/27(月)	12/26(火)	12/17(日)
			12/27(水)	1/21(日)	1/17(水)
			1/22(月)	2/ 5(月)	2/17(土)
			2/18(日)	3/17(日)	3/28(木)

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。  
総合体育館は大規模改修工事により10月以降休館いたします。

<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> 室内シューズ、運動ができる服装(温水プールのみ)

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