

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

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）
- ・体育馆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。
- ・受付開始日より隨時受付し、定員になり次第締め切ります。
- ・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	茅ヶ崎市総合体育馆	82-7175
	茅ヶ崎市屋内温水プール	84-1144