

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
	9:45～10:30	18:45～19:30			
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

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