

【3月度】トレーニング室利用日程・講習会案内

利用可：○ 利用不可：×

日	曜日	午前 9時～13時	午後 13時～17時	夜間 17時～21時	講習会	体育館行事	駐車場 混雑予測	
1日	日	○	○	○				
2日	月	○	○	○	19時～			
3日	火	○	○	○				
4日	水	○	○	○			〔午前・夜間〕混雑	
5日	木	○	○	○	15時～		〔午前〕混雑	
6日	金	○	○	○				
7日	土	○	○	○	10時～			
8日	日	○	○	○		さわやか杯バレーボール大会	〔午前・午後〕混雑	
9日	月	休館日						
10日	火	○	○	○	15時～			
11日	水	○	○	○			〔午前・夜間〕混雑	
12日	木	○	○	○			〔午前〕混雑	
13日	金	○	○	○	19時～			
14日	土	○	○	○				
15日	日	○	○	○		沼津市ファミリーバドミントン大会	〔午前・午後〕混雑	
16日	月	○	○	○	10時～			
17日	火	○	○	○				
18日	水	○	○	○			〔午前・夜間〕混雑	
19日	木	○	○	○				
20日	金	○	○	○	15時～		〔午後・夜間〕混雑	
21日	土	○	○	○				
22日	日	○	○	○		バスケットボール大会	〔終日〕混雑	
23日	月	○	○	○				
24日	火	○	○	○	10時～		〔午前・午後〕混雑	
25日	水	○	○	○			〔午前・夜間〕混雑	
26日	木	○	○	○				
27日	金	○	○	○	19時～			
28日	土	○	○	○				
29日	日	○	○	○				
30日	月	×	×	×		マシン入れ替え作業		
31日	火	撤退作業の為 臨時休館						

◆講習会案内◆

- 〔受講料〕・市内180円（在住・在勤・在学） 市外360円（在住）〔持ち物〕・運動可能な服装・室内シューズ・タオル
 〔その他〕・講習開始10分前までに1階ロビーにお集まり下さい。 ・講習時間を過ぎますと受講出来ません。
 ・講習時間は30～40分程度です。 ・講習会終了後そのままトレーニング室がご利用出来ます。