

トレーニングルーム使い方講習 ～トレーニング初心者に器具の使い方をわかりやすく説明～



開催日時

10月18日(日)					
開催時間	①10:00～11:00	②11:00～12:00	③13:00～14:00	④14:00～15:00	各回定員10名

※予約制となっておりますので、必ず申込みをお願いします。

主 催：鴨川市
内 容：利用方法の説明・マシンの取扱い説明等
対象・定員：鴨川市に在住、在学及び、在勤の中学生以上
（中学生は保護者同伴） 各回10名（先着順）
参 加 費：無料
会 場：鴨川市総合運動施設 交流棟トレーニングルーム
お問い合わせ・申し込み：鴨川市スポーツ振興課
千葉県鴨川市太尾866-1 (Tel)04-7093-5111

詳細・申込みはこちらから！

