

# 平成28年度長浜バイオ大学ドームトレーニング室 無料開放 実施要項

- 1 趣 旨 長浜バイオ大学ドームでトレーニングを行うことにより、介護予防を図り、高齢者が元気に生き生きと自分らしい生活を送れるよう支援することを目的として実施します。
- 2 主 催 (公財) 滋賀県体育協会 滋賀県立長浜ドーム
- 3 日 時 平成28年  
5月12日・19日・26日  
6月 2日・ 9日・16日・23日・30日  
7月 7日・14日 毎週木曜日  
  
13:30～15:30
- 4 場 所 長浜バイオ大学ドーム トレーニング室
- 5 対 象 65才以上介護予防を目的とする方
- 6 定 員 10人
- 7 内 容 ・ひとりひとりの体調・目的に合わせたトレーニング相談  
・トレーニング機器等の使用についてのアドバイス  
・その他
- 8 参加料 無 料
- 9 申込方法 長浜バイオ大学ドームの事務所にて受付します。  
※事前に電話での申込みをお願いします。  
※定員に達しましたら締めきります。
- 10 申込先 長浜バイオ大学ドーム 〒526-0829 長浜市田村町1320  
TEL 0749-64-0808
- 11 その他 ・当日は、運動の出来る服装・上ぐつ、水分補給のための飲み物を持参してください。  
・開催の10分前には、受付を済ませてください。  
・受講された方は、トレーニング室使用パスポートを発行します。  
・万一のけが等については、応急処置を行います。その後の責任は傷害保険によるものとします。  
・その他、ご質問等がありましたら、長浜バイオ大学ドームまでお問い合わせください。