

彦根総合スポーツ公園
平和堂 HATO スタジアム（第 1 種陸上競技場）
トレーニング室利用者講習会

トレーニング室のご利用にあたっては、初回利用時に講習会への参加が必要となります。

1. 場 所 彦根総合スポーツ公園
平和堂 HATO スタジアム（第 1 種陸上競技場）内、トレーニング室

2. 日 程 4 月
- ・ 7 日（月） 10：00～12：00
 - ・ 11 日（金） 18：00～20：00
 - ・ 16 日（水） 10：00～12：00
 - ・ 19 日（土） 14：00～16：00
 - ・ 22 日（火） 18：00～20：00
 - ・ 24 日（木） 14：00～16：00

3. 内 容
- ① オリエンテーション →当日の流れ・概要・注意事項等について説明。
② トレーニング講習 →トレーニングの原理・原則・効果などの説明。
③ マシン使用方法の説明 →マシンの種類や使用方法についての説明。
- ※上記の説明後、終了時刻まで自由にトレーニングマシンをご利用できます。

4. 参 加 料 1 人 1 回：中学生 270 円、高校生 430 円、一般 610 円
受講時に利用許可証を発行します。
講習会以降の利用料金は以下のとおりです。

区分	金額		
	1 人 1 回につき (1 回 2 時間以内)	回数券 11 回券 (1 回 2 時間以内)	定期券 (1 人 1 月)
中学生	270 円	2,700 円	-
高校生	430 円	4,300 円	3,440 円
一 般	610 円	6,100 円	4,880 円

※県内に居住する 65 歳以上の方、障害のある方が使用する場合は、この表の金額の 5 割に相当する額とします。

※県外居住者については、この表の金額の 5 割に相当する額を加算した額とします。

裏面に続きます→

5. 申 込 方 法 講習会前日までに電話、もしくは事務所窓口で予約をお取りください。

当日の流れ

- ① 1階事務所にて受付（15分前までにお済ませください）
- ② トレーニング室へ案内（室内に更衣室・リターン式コインロッカーがあります）
- ③ 講習会開始

※講習開始時間までに更衣をお済ませください。

※次回以降は事務所で受付後、自由にご利用いただけます。

6. 注 意 事 項

- ・お車でお越しの場合、駐車場には限りがございます。満車の際はご相談ください。
- ・周辺の工事が完了しておらず、ご不便をおかけしております。安全面を考慮し、工事区域内には立ち入らないよう、よろしくお願いいたします。
- ・更衣室にコインロッカーがございますが、貴重品は自己管理をお願いいたします。また、シャワーはございません。
- ・トレーニング室ご利用の際は、上履き・タオル・飲み物等を持参し、運動にふさわしい服装をお願いいたします。

申し込み・お問い合わせ

公益財団法人 滋賀県スポーツ協会 彦根総合スポーツ公園

〒522-0002 滋賀県彦根市松原町 3028

TEL：0749-23-4911 FAX：0749-26-3103

E-mail：hikone@bsn.or.jp