

《 2019年度 リフレッシュルーム利用者講習会 》

リフレッシュルームは、会員制になっております。
希望される方は、講習会を受講してください。



[対象] 高校生以上の方

[講習日]

4月	03(水)	06(土)	10(水)
5月	01(水)	04(土)	08(水)
6月	01(土)	05(水)	08(土)
7月	03(水)	06(土)	10(水)
8月	03(土)	07(水)	10(土)
9月	04(水)	07(土)	11(水)
10月	02(水)	05(土)	09(水)
11月	02(土)	06(水)	09(土)
12月	04(水)	07(土)	11(水)
1月	04(土)	08(水)	11(土)
2月	01(土)	05(水)	08(土)
3月	04(水)	07(土)	11(水)

[時間] 午前 11:00～, 午後 1:30～

午後 5:00～, 午後 7:30～

[持ち物] 運動出来る服装 ・ 室内用運動靴 ・ タオル ・ 飲み物

[受講料金] 無 料

[利用料金] 月額 市内 1,420 円
市外 2,840 円



[定員] 毎回 15 名