

# 令和8年度トレーニング講習会 予定表

市民総合体育館トレーニング室の利用には、トレーニング講習会の受講が必要です。  
受講後、トレーニング室利用者カードを発行します。

月	トレーニング講習会			
4月	4日(土)	10時~12時	16日(木)	19時~21時
5月	10日(日)	10時~12時	23日(土)	10時~12時
6月	6日(土)	10時~12時	23日(火)	19時~21時
7月	11日(土)	10時~12時	24日(金)	19時~21時
8月	2日(日)	10時~12時	16日(日)	10時~12時
9月	5日(土)	10時~12時	26日(土)	10時~12時
10月	11日(日)	10時~12時	23日(金)	19時~21時
11月	3日(火祝)	10時~12時	21日(土)	10時~12時
12月	5日(土)	10時~12時	19日(土)	10時~12時
1月	7日(木)	19時~21時	24日(日)	10時~12時
2月	6日(土)	10時~12時	16日(火)	19時~21時
3月	7日(日)	10時~12時	22日(月)	10時~12時

■対象：16歳以上の市内在住・在勤・在学者 ※16歳の誕生日を迎えた方

■定員：各25名(先着順) ※要申込み、当日申込みは不可

■受講料：500円

■申込方法：電話または直接、講習日の前営業日までに体育館管理事務所へ

■持ち物：顔写真(縦3cm×横2.5cm・撮影6ヶ月以内・裏面に氏名記入)、上靴、運動できる服装

■その他：身分証明書(免許証・学生証等)

障がい者手帳をお持ちの方は、当日ご提示をお願いします。

## 【トレーニング室利用者カードの更新について】

有効期限は発行日より5年です。引き続きトレーニング室を利用される場合は、利用者カードの更新手続きをお願いします。

※有効期限が過ぎて、更新手続きを完了していない方はトレーニング室を利用できません。

## 【更新の方法】

有効期限日の3ヶ月前から6ヶ月後までに、顔写真(縦3cm×横2.5cm・撮影6ヶ月以内)と身分証明書をご持参のうえ、体育館管理事務所へお越しく下さい。

※更新期限を過ぎると、トレーニング講習会の再受講が必要になります。

## 【再発行】

紛失での再発行につきましては、再発行手数料として200円をいただきます。

：ご注意：

講習会開始時間に遅刻されますと  
受講出来なくなりますので注意して  
ください。

### 問い合わせ

河内長野市立市民総合体育館

〒586-0041

大阪府河内長野市大師町25番1号

TEL：0721-65-0121 ・ 0721-62-8011

FAX：0721-65-0122

指定管理者：河内長野SSKクリーン工房共同事業体