

# 「富加町筋力トレーニング」運営カレンダー

| 開館日   | 開館時間          |
|-------|---------------|
| 火～金曜日 | 18時00分～21時00分 |
| 土曜日   | 9時00分～12時00分  |
|       | 18時00分～21時00分 |
| 日曜・祝日 | 9時00分～12時00分  |

※ ただし、講習会開催の為、  
4月5日(水)と5月11日(木)  
は休館とします。

## 《感染予防対策について》

- ・風邪症状や体調不良を感じる場合はご利用を控えてください。
- ・利用時には受付で手指消毒、検温を行なっていただきます。
- ・パワリハ機器やエアロバイク等の運動の前には各自で消毒を行なってください。

## 4月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | 1  |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 |    |    |    |    |    |    |

## 5月

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

 講習会

 休館日

※機器取扱方法の指導を希望される方は、電話にて希望日をお申し込みください。  
日時によってはご希望に添えない場合もありますのでご了承ください。

## 《トレーニング機器取扱講習会》

トレーニングプラザをご利用希望の方は、必ず受講していただく必要があります。

対象：富加町在住在勤の30歳以上の方

持ち物：マスク、屋内運動靴、タオル、水分等

※受付は先着順とし、定員（15名）になり次第締め切りとなります。

4月5日(水) 19時30分～20時30分 申込み4月3日(月)まで

5月11日(木) 19時30分～20時30分 申込み5月9日(火)まで

※都合により予定を変更する場合があります。

申込先： 富加町社会福祉協議会      TEL 54-1312