

トレーニング室の夜間利用を再開します！

H31年3月より新型コロナウイルス感染症対策のため、トレーニング室の夜間利用を停止しておりましたが、このたび再開させていただきます。あわせて、昼間の利用人数制限を15人までに緩和いたします。引き続き、新型コロナウイルス感染症対策を行ってのご利用をよろしくお願いいたします。

- ◆ 令和4年6月21日(火)から夜間利用開始
- ◆ ご利用時間 8:30~21:00
- ◆ 1日につき、お一人1回 90分まで
- ◆ 1度に入室できるのは、15人までに制限します。
- ※ ご利用多数の場合は、順番待ちとなります。



*****新型コロナウイルス感染症対策について*****

- 受付で、かごに入った消毒液とタオルをお渡しいたします。
トレーニングマシンを使った後、手や体が濡れたところを消毒してください。
- 利用が終わったあと、かごに消毒液とタオルを入れて受付へ返してください。
- トレーニング中以外はマスクの着用をお願いします。

【利用できる日】

- ・ 休館日(月曜日)、年末年始(12月29日~1月3日)以外の日
月曜日が祝日または振替休日の場合は利用できますが、翌日の火曜日が休館日になりますので、ご注意ください。
- ・ なお、次の期間には休館日はありません。

7月20日~8月31日、12月26日~28日、1月4日~7日、3月20日~31日

※ 初期講習実施中は、トレーニング室の一般利用はできません。

(実施日については、トレーニング室内の掲示板かHPをご覧ください。)

【利用料金】(1日)

一般(25歳以上)	青年(24歳以下)	高校生以下
230円	120円	50円



【初期講習について】

トレーニング室を利用するために、施設利用の仕方やトレーニング機器の使用方法などについて、事前に初期講習(無料)を受けていただいています。実施日等の詳細につきましては、お問い合わせください。

- ①実施日……月6~8回程度実施 ※実施日の詳細は当センターHPをご覧ください。
- ②所要時間…1時間半程度
- ③定員………1回の講習につき5名
- ④申込方法…電話か来所にて、事前に予約してください。(受付時間8:30~17:00)
TEL(0887)56-0621 高知県立青少年センター事務局
- ⑤その他
 - ・ トレーニング機器の練習を兼ねて、軽い運動をしていただきますので、運動のできる服装(ジャージやTシャツ)、室内用シューズ、タオルなどをお持ちになってください。