

トレーニングルーム個人利用案内

◇ 場 所	くまがやドーム トレーニングルーム
◇ 利用時間	午前9時～午後9時30分 ※受付は午後9時00分まで
◇ 利用料金	大人 320円、高校生 210円(学生証提示) (県内利用者) 大人 420円、高校生 260円(学生証提示) (県外利用者) } ※4時間/回 ※スタンプカードサービス：スタンプを10個集めると次回以降の利用が1回無料になります。 ※シャワー 210円(窓口でお支払ください。)、ロッカー 100円 ※インボディ(体成分分析装置) 320円 (障がい者の方もインボディは有料です。) ※障がい者の方は無料でご利用いただけます。 但しスタンプカードサービスは無し、
◇ 受 付	・くまがやドーム受付で受付簿にご記入いただきます。 ・利用料金をお支払いいただきます。 ・利用者講習会修了証を利用カードに交換してトレーニングルームへ入室ください。

■感染対策にご協力ください。

新型コロナウイルス感染防止のため、マスクを着用してない方は入室をお断りします。

■利用講習会

初めて利用されるお客様は、トレーニングルーム利用者講習会を受講してください。

- 開催日 月4日程度(詳しくはスケジュール表を確認いただくか、窓口までお問合せください。)
- 講習時間 (定員は5名程度です。)

実 施 日	時 間
平 日	①13:00～ ②16:00～ ③19:00～
土・日・祝日	①10:30～ ②13:00～ ③16:00～

- 対象者 15歳以上の方(中学生を除く)
- 費用 大人 320円、高校生 210円(県内利用者)
大人 420円、高校生 260円(県外利用者)
- 場 所 くまがやドーム トレーニングルーム
- 講習内容 トレーニング理論&機器の使用方法
- 用意するもの 筆記用具 運動着 室内用シューズ 学生証(高校生のみ) マスク
※障がい者の方は障がい者手帳もお持ちください。
- 申込方法 受講日前日までに、熊谷スポーツ文化公園管理事務所へ電話または来所により申し込みしてください。

■インボディ測定会

インボディ測定希望の方は、当日随時くまがやドーム窓口で受付します。

- インボディ測定会時間

実 施 日	時 間
平 日	11:30～18:00まで
土・日・祝日	9:30～18:00まで

(※利用者登録講習会時間内を除く)

- 対象者 15歳以上の方(中学生を除く)
- 費用 320円(県内・外、一般・学生問わず)
- 場 所 くまがやドーム トレーニングルーム
- 講習内容 測定結果をもとにしたトレーニング方法のアドバイス