滋賀県体育協会
創立９０周年記念事業

トレーニング室無料開放　実施要項

１　趣　　旨　　長浜ドームでトレーニングを行うことにより、介護予防を図り、高齢者が元気に生き生きと自分らしい生活を送れるよう支援することを目的として実施します。

２　主　　催　（公財）滋賀県体育協会　　滋賀県立長浜ドーム

３　日　　時　平成２７年
　　５月１４日・２１日・２８日
　　６月　４日・１１日・１８日・２５日
　　７月　２日・　９日・１６日　　　毎週木曜日

　　１３：３０～１５：３０

４　場　　所　滋賀県立長浜ドーム　トレーニング室

５　対　　象　６５才以上介護予防を目的とする方

６　定　　員　１０名

７　内　　容
・ひとりひとりの体調・目的に合わせたトレーニング相談
・トレーニング機器等の使用についてのアドバイス
・その他

８　参加料　無　　料

９　申込方法　滋賀県立長浜ドームの事務所にて受付します。
※事前に電話での申込みお願いします。
※定員に達しましたら締めきります。

10　申込先　滋賀県立長浜ドーム　　〒526-0829　長浜市田村町１３２０
TEL　０７４９－６４－０８０８

11　その他
・当日は、運動の出来る服装・上ぐつ、水分補給のための飲み物を持参してください。
・開催の１０分前には、受付を済ませてください。
・受講された方は、トレーニング室使用パスポートを発行します。
・万一の傷害については、応急処置を行いますが、その後の責任は傷害保険によるものとします。
・その他、ご質問等がありましたら、滋賀県立長浜ドームまでお問い合わせください。