

伊吹山麓青少年総合体育館トレーニングルーム

日頃のスポーツ活動の+αとして…、ちょっとあいた時間に…
健康維持として… などなど「無理なく」「正しい運動」を！
それぞれの目的にあわせた体力づくりをサポートいたします。

【トレーニングルーム利用時間・料金】

	開館時間	時間	料金
午前	9:00 ~ 12:00	3時間	400/1回
午後	14:00 ~ 17:00	3時間	400/1回
夜間	18:30 ~ 21:30	3時間	400/1回



気軽に、楽しく、トレーニング！

★初めてご利用になる方は、初回指導講習を受けていただきます。

受講希望の方は、事前に予約をしていただきますようお願いいたします。

電話 0749-58-1155

伊吹山麓総合体育館

★総合型地域スポーツクラブ(米原市内) いぶき・MOS・カモン・近江 スポーツクラブのメンバーは 半額となります。

★1回利用するたびにスタンプを1個押します。10個たまると1回分が無料！

★原則的に、中学生以下の方はご利用いただけません。



【トレーニングルーム開館・休館日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	休館日	○	○	○	○	○	○
午後	休館日	○	○	○	○	○	○
夜間	休館日	○	○	○	○	○	○

体育館開館日と同様になりました。
振替休館にご注意ください。
詳しくは、体育館事務所へ

★12月29日から翌年1月3日は休館します。

(都合により臨時休館する場合は事前に掲示告知させていただきます。)

★「○」は開館日初回指導講習実施(ご予約願います)

冷暖房完備
液晶TV2台

・有酸素運動に…
エアロバイク
ランニングマシン



・健康管理に… 体身長計・体脂肪計・血圧計
ストレッチマット・バランスボール など

筋力アップに…
各パートトレーニングマシン・ダンベル



公益財団法人
伊吹山麓スポーツ文化振興事業団

521-0314
滋賀県米原市春照77-2
TEL・FAX

お気軽にお問い合わせください
0749-58-1155