

新潟テルサフィットネスセンター フォローアップ教室予約方法

新潟テルサフィットネスセンターのフォローアップ教室は、
会場に入れる人数が30人のため、予約制です。
以下の申込み方法で会場に直接申し込んでください。

【申し込み方法】

- ・毎月1日～開催日前日までに、電話もしくは窓口で申し込んでください。
 - ※1月のみ、4日から受け付けます。
- ・お名前、希望日、参加時間をお伝えください。
- ・お一人につき月1回まで予約可能、同時に2名まで申し込みできます。
- ・申し込み後、キャンセルされる場合は必ず連絡してください。
- ・第三水曜の教室(2月は第四水曜)のみ、**同会場2回目の参加を教室当日に電話で受け付けます。**

【定員】

各回30名

【教室の時間】

1回目…13:30～14:30

2回目…15:00～16:00

(1日2回教室を実施します。いずれも行う内容は同じです。)

《申し込み先》

新潟テルサフィットネスセンター

電話025-281-1889[直通]

受付時間:平日午前9時～午後9時

土日祝:午前9時～午後7時

【休館日】

- ・定休日:毎週月曜日(休日にあたる場合はその翌日)
- ・年末年始

新潟市体育館 1月22日～3月19日 フォローアップ教室予約方法

新潟市体育館では、老朽化した床の張り替え工事を行います。
工事期間中の1月22日から3月19日のフォローアップ教室は、

新潟市陸上競技場での開催になります。

期間中の参加方法は予約制です。

以下の申込み方法で会場に直接申し込んでください。

【申し込み方法】

- ・毎月1日から、電話で申し込んでください。
 - ※1月のみ、4日から受け付けます。
- ・お名前、電話番号、希望日、コースをお伝えください。
- ・お一人につき月1回まで予約可能、同時に2名まで申し込みできます。
- ・申し込み後、キャンセルされる場合は必ず連絡してください。
- ・先着順に参加を受け付けます。

【開催場所】

新潟市陸上競技場 第1・3・4会議室
※場所の関係上、ウォーキングは無しになります。

【予約人数】

- ・寝たきりにならないぞコース 15名(新潟市陸上競技場 第3会議室)
- ・美Bodyコース 15名(新潟市陸上競技場 第4会議室)
- ・ハードトレーニング・ダンティコース 合計15名(新潟市陸上競技場 第1会議室)

【教室の時間】

午後…13:30～14:30

※期間中の教室時間は1時間、ウォーキングは無しになります。

《申し込み先》

新潟市体育館

電話025-222-6006[直通]

受付時間:午前9時～午後5時

【休館日】

- ・毎月第一月曜日