

# 運動施設利用料助成事業を利用する方へ

メタボ予防・改善のために、運動施設を利用する方に対して市が利用料等を助成します。

## 事業内容

運動指導の専門家である健康運動指導士等が、年齢・性別・生活リズム・運動習慣・目標体重等から運動プログラムを作成します。

このプログラムに基づき概ね3~4か月間運動を行います。

## 場所

シーアリーナ又は姉ヶ崎サン・スポーツランド

## 助成内容及び金額

- ① 運動プログラム作成料 5,000円
- ② 運動施設利用料 8,640円
  - ・シーアリーナ使用料(週2回) 320円×27回
  - ・姉ヶ崎サン・スポーツランド利用料(週1回) 540円×16回

※おおよそ3か月間の利用で最大13,640円無料となります。

※各施設のオリジナルプログラムを利用した場合の受講料は有料となりますので各施設にお問い合わせください。

## 持ち物・服装

《シーアリーナ》

運動着、運動靴(室内用)、タオル、利用受付カード

《姉ヶ崎サン・スポーツランド》

水着、水泳帽、タオル、利用受付カード

## 運動施設利用の流れ

