

大阪市中央体育館トレーニング室

トランスジェンダーの為の トレーニング講習会

トランスジェンダー*の方を対象にトレーニング講習会を実施いたします。トランスジェンダーの方は、着替えやトイレ、通称名が使用できるかなど、運動施設を初めて利用する際は心配な点が多いと思います。

この講習会では、上記について理解しているトランスジェンダーのトレーナーがマシンを使ったトレーニング方法をわかりやすくご紹介します。

- 場所 : 大阪市中央体育館トレーニング室
- 日時 : 8月末
(詳しい日時はお問い合わせください)
- 対象 : トランスジェンダー、そのご家族やご友人
- 持ち物 : 運動着と室内シューズ
- 費用 : 施設利用料のみ (大人 600 円、
高校生 400 円、高齢者 300 円)
- 定員 : 先着 10 名

講師：
伊東カナト



- 大阪市中央体育館トレーニング室スタッフ
- トレーニング指導歴 13 年
- 健康運動指導士
- ISSA パーソナルトレーナー

※トランスジェンダーとは、心と身体の性別が一致しない人とされています。

申込・問い合わせ先

〒552-0005 大阪府大阪市港区田中3-1-40

大阪市中央体育館トレーニング室

電話：06-6576-0071 FAX：06-6576-2937

※本講習は施設の営業時間内に行う為、施設内には一般の利用者もおられます。
あらかじめご了承ください。