

トレーニングルーム

初心者講習会のお知らせ

【8月の開催スケジュール】

3日(水)	10:30	～	11:30
10日(水)	10:30	～	11:30
17日(水)	10:30	～	11:30
24日(水)	10:30	～	11:30
29日(月)	10:30	～	11:30

- 【場 所】 トレーニングルーム
- 【内 容】 各種マシンの正しい使用方法の説明等
- 【担 当】 ミズノグループ: 吉岡
- 【料 金】 無料



※利用時間内であればどなたでもご参加可能です
※別途トレーニング利用料金が必要です

- 【必要な物】 運動できる服装、屋内用シューズ、タオルなど



ご参加希望の方は、
受付時にスタッフまでお声掛けください！

マシンの正しい使い方をマスターして
より効果的な運動を行いましょう♪

