

トレーニングルーム

初心者講習会のお知らせ

【7月の開催スケジュール】

9日(火)	14:00	~	15:00
12日(金)	10:00	~	11:00
22日(月)	10:00	~	11:00
30日(火)	10:00	~	11:00
8月 7日(水)	15:00	~	16:00

【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♪

