

トレーニングルーム

初心者講習会のお知らせ

※4/26(金)は講師の都合により中止となります
【4月の開催スケジュール】

10日(水) 14:00 ~ 15:00

13日(土) 14:00 ~ 15:00

~~26日(金) 15:00 ~ 16:00~~

29日(月) 10:00 ~ 11:00

5月 5日(日) 10:00 ~ 11:00

【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♪

