

# トレーニングルーム

## 初心者講習会のお知らせ

### 【6月の開催スケジュール】

10日(月)	10:00	～	11:00
18日(火)	14:00	～	15:00
24日(月)	11:00	～	12:00
30日(日)	10:00	～	11:00
7月 9日(火)	14:00	～	15:00

【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♪

