

トレーニングジム

サポートスタッフタイム

キャンペーン

キャンペーン期間

- ① 9月3日 (木) 18:00～21:00
- ② 9月8日 (火) 9:00～12:00
- ③ 9月8日 (火) 13:00～16:00

マシンの使い方 ストレッチのしかた

健康維持・ダイエット対策などなど

この機会にサポートスタッフにご相談ください！

《サポートスタッフ紹介》

山崎 (女性) ①②を担当します

ピラティスインストラクター
趣味：登山

《皆さんへ》

「疲れにくい体づくり」「気になるお腹対策」
などのためのトレーニングのアドバイス、
ご相談も承ります！お気軽にお声がけください！

渡部 (男性) ③を担当します

ミズノトレーナーライセンス (ブロンズ)
趣味：登山・ランニング

《皆さんへ》

トレーニングジム初心者の方
マシンの使い方がわからない方など
丁寧に指導致します！
お気軽にお声がけください！



出雲だんだんとまとアリーナ

〒693-0073 TEL:0853-21-0001
島根県出雲市西林木町207-1

●営業時間 9:00～22:00

●休館日 奇数月の第3水曜日
水曜日が祝日の場合は翌日
年末年始12月30日～1月2日