

## ☆開催日カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
	1 ●	2 ●	3 ●	4 ●	5 ●	6 ●
7 ●	8 ●	9 ●	10 ●	11 ●	12 ●	13 ●
14 ●	15 ●	16 ●	17 ●	18 ●	19 ●	20 ●
21 ●	22 ●	23 ●	24 ●	25 ●	26 ●	27 ●
28 ●	29 ●	30 ●	31 ●			

●：朝・昼・夜  
3回開催

### ●開始時間

- ・午前の部 10：00～ 午後の部 15：00～ 夜間の部 19：00～【各時間定員 2 名まで】
- ※用紙記入・計測がありますので、遅くとも 10 分前にはトレーニング室にお越しください。

### ●注意事項

- ・マスク着用をお願いします。 所要時間は約 30～40 分となります。
- ・中学生以下はご利用できません。
- ・時間に遅れますと受講できませんのでご注意ください。
- ・予約が必要です。電話または窓口で予約をお願いします。

### ●持ち物

- ・利用料金 ※券売機で利用券の購入をお願いします。
- ・室内シューズ(屋外で使用していないもの、かかとのあるもの、スリッパ不可)
- ・飲み物(ふた付のもの)、タオル
- ・身分証明ができるもの(免許証・健康保険証・学生証など)

### ●利用料金

トレーニング室のみ	一般	1回	400円	回数券 (11枚)	4000円
	高校生 65歳以上		300円		3000円
トレーニング室兼バーチャル	一般		800円		8000円
	高校生 65歳以上		500円		5000円
トレーニング室のみ (定期券)	一般	1ヶ月 ※有効期限: 購入月の月末まで	2500円		
	高校生 65歳以上		2000円		
トレーニング室兼バーチャル (定期券)	一般		5000円		
	高校生 65歳以上		3500円		

※詳しくは ANC アリーナ HP をご覧ください。



【お問合せ(予約)】 ANC アリーナ TEL：0263-73-1600

ミズノ・安曇野市スポーツ協会・A&S グループ