ANCアリーナ トレーニング室利用者講習会のご案内 （11/11～12/10）

☆開催日カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
		11/11 △	12 ■	13 △	14 △	15 ▲
16 ●	17 ◎	18 □	19	20 ▲	21 ◎	22 ■
23 ■	24 ▲	25 ◎	26 ◎	27 △	28 休室	29 部分休室
30	12/1	2	3	4 ■	5 ▲	6 ▲
7 ▲	8 △	9 ○	10 ▲			

●：朝・昼・夜
▲：朝・昼
■：昼・夜
○：朝・夜
◎：朝
△：昼
□：夜

●開始時間

・朝の部 10：30～　昼の部 14：00～　夜の部 19：00～【各時間定員３名まで】
用紙記入があります。
着替えを済ませ、開始時間までにトレーニング室にお越しください。

●注意事項

・予約が必要です。電話または窓口で予約をお願いします。
・時間に遅れますと受講できませんのでご注意下さい。
・中学生以下は利用できません。
・所要時間は約１時間です(トレーニング室利用上の注意点、マシンの基本的な使用方法)

●持ち物

・身分が証明できるもの(免許証・マイナンバーカード・健康保険証など)
・高校生は学生証と身分証明書の２点をご持参下さい。
・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、サンダル不可
・利用料金　※券売機で利用券の購入をお願いします。

●利用料金

トレーニング室のみ	一般	1回	400円	回数券（11枚）※有効期限 R9.3.29	4000円
	高校生 65歳以上		300円		3000円
バーチャル室のみ	一般		400円		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		3000円	
	高校生 65歳以上			2500円	
バーチャル室のみ（定期券）	一般			3000円	
	高校生 65歳以上			2500円	
トレーニング室兼バーチャル（定期券）	一般			5500円	
	高校生 65歳以上			4000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