

運動を継続したい方のファーストステップ！！

# ちょこっとチャレンジ



1カ月7回利用  
にチャレンジ！

## 一時利用者 限定

**場所** 香久山体育館 トレーニングルーム内

**日時** 令和5年12月1日(金)～12月29日(金)まで

**受講料** 一時利用料金

**対象** 一時利用者限定

### ＊お試し体験内容

●現状確認測定  
(身体測定、体脂肪率等)  
測定結果を基に今後運動プランやスケジュールをご案内いたします。

●利用時スタッフでサポート  
7回利用の間、マシンの使い方説明などスタッフがサポートするので、わからない事や運動の不安点を解消できます。

●最終測定  
最後にもう一回測定を行ないます。  
1か月間を振り返りながら、今後の運動をプランニングいたします。

❁ 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオル、着替え等を持参してください。

❁ 申込時にスタンプカードをお渡しいたします。利用時にスタンプカードをトレーニング室スタッフにご提示ください。

❁ ちょこっとチャレンジへの申込は1名様1回のみとなります。お申込は一時利用の方限定となります。希望する方はご利用前にスタッフまでお申し出ください。

7回利用達成で  
ミズノ品を  
プレゼント！！



橿原市香久山体育館

TEL : 0744-24-2670

〒634-0024 奈良県橿原市南山町624

●営業時間 9:00～21:00

●休館日 毎週月曜日・年末年始