

《利用者講習会》

当館トレーニング室初めての利用には利用者講習受講が必要です。

利用者講習受講も利用料金は発生いたします、講習後のご利用も可能です。

○利用者講習開催時間

①11:00～ ②14:00～ ③19:00～

○上記が利用者講習会開催日です。上記の時間から講習が始まります。
(予約不要です。)

○初回時には、申請書の記入
体調の確認マシンの使用方法の説明等がございます。(30分程度)

○持ち物:運動に適した服装・タオル
蓋つきの飲み物・室内シューズ・料金(150円/90分)
必ず10分前には着替えを済ませて、1Fまでお越しください。