

あづま総合体育館トレーニング室

★ 初回説明会のご案内 ★

初めてトレーニング室を利用する方は、「初回説明会」の受講が必要となります。

※初回説明会は事前予約制です。下記の予定表の○印の中から選び、前日までに
予約してください。なお、各回定員3名になり次第締め切りといたします。

初回説明会受講希望の方はこちらをご覧ください。

利用対象者

高校生以上（高校生に該当する年齢の方も含む）

※医師に運動を止められている方、伝染病及び各種疾病にかかっている方、妊娠している方等は、利用をご遠慮ください。

※高校生は、当日生徒手帳等身分を証明出来るものの提示が必要です。

準備物

- ・トレーニングウェア（ジーンズ等をご遠慮ください。）
- ・室内専用トレーニングシューズ
- ・タオル（体験をしていただきますので、必ずお持ちください。）
- ・料金（一般250円、生徒等130円）
- ・飲料水（ペットボトルなどふたのできるもの）

ロッカー・更衣室のご案内

・着替え、手荷物等は1階の更衣室(コインロッカーあり)又は2階トレーニング室コインロッカーをご利用ください。

説明会の流れ

約20分：書類記入・トレーニングマシンの使い方等をビデオで確認・受付方法確認

約50分：トレーニングマシンを実際に利用

トレーニング室初回限定プランはじめて割り

初回説明会参加後、1ヶ月以内に月会員にお申込みいただくと、初回発行時に限り、有効期限が30日間から50日間に延長されるサービスとなります。ぜひ、ご利用ください。(1日2時間までご利用できます)

令和6年10月

	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
	曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	
10:00					○				定休日	○						定休日	
14:00		定休日					○		定休日			○				定休日	
19:00			○			○						○		○	○		
	日	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
10:00		○						定休日						○	定休日		
14:00								定休日	○						定休日		○
19:00			○				○				○		○				○

※大会の際は駐車場の混雑が予想されます。ご迷惑をお掛け致しますが、ご了承お願い致します。

お申込み・お問合せ先

あづま総合体育館：024-593-1111まで