

初回講習会のご案内

本館トレーニングルームをはじめてご利用される方へ
初回講習会を実施しています。

ご希望の方は、お気軽にスタッフにお声がけください！

受講料： 無料(予約不要／予約優先)

時 間： 約 30 分

内 容： 1.トレーニングルームの利用方法について
2.各マシンの使い方について
3.スタジオプログラムについて



久しぶりにジムに来たけど

どうやって使ってたかなあ…

こんな方にも…

