



雲南市加茂 B&G 海洋センターラソソテに トレーニングルーム誕生！



有酸素運動系マシン



筋トレ用ダンベル・マシン

トレーニングルーム使い方説明会

2018年7月にリニューアルオープンした雲南市加茂 B&G 海洋センターラソソテのトレーニングルームで運動不足解消や体力づくりをしてみませんか？

日時

11/22 **木** **29** **木** 9:30~10:00

会場

雲南市加茂 B&G 海洋センターラソソテ
トレーニングルーム

申込
方法

海洋センター事務所窓口もしくは
電話 (0854) 49-7100 でお申込みください。

利用
料

一般/320円 65歳以上/210円

持ち物

飲み物

室内運動靴

タオル

運動のできる服装

利用料

正しく安全なマシンの
使用方法を説明。

実際にマシンを
使ってみましょう。

あとは継続してトレ
ーニングを楽しみま
しょう！



お気軽にお申込み、お問い合わせください

雲南市加茂 B&G 海洋センターラソソテ

雲南市加茂町宇治 228-1

休館日/水曜日

TEL (0854) 49-7100