

冬のカラダ作りはじめませんか？

雲南市加茂B&G海洋センター トレーニングルーム

利用料金		利用時間
中学生	100円	9:00～22:00 (最終受付:21:30) 水曜日/休館日 ※都合により17時で閉館する場合があります
高校生/65歳以上	210円	
一般	320円	

※中学生の方のご利用は保護者の同伴が必要です。

冬こそ運動してカラダを作りましょう！

寒い時期は、過ごしやすい時と比べると、座って過ごすことが多くなりがちです。実際にカラダを動かすと、体温が上昇し体温維持しやすくなり、免疫機能を改善させ、ウイルスや細菌をやっつけます。冬に海洋センターで健康的なカラダを作りましょう！！

使い方は簡単！

スタッフが丁寧に説明します！



雲南市加茂B&G海洋センター ランテ

お問い合わせ 休館日/水曜日

(0854)49-7100