

7/1~の

フィットネスルーム利用方法及び「ストレッチ体操」教室のご案内

【フィットネス利用制限】

9:00~**19:00**(平日含む全て)

- ① 同時に入室できる人数は、**6人**まで
- ② 1回の利用時間は**1時間30分**まで

※利用のたびに、セルフチェックシートをご記入してまいります。

【ストレッチ体操利用制限】

水・金…**11:00~11:50**

木 …**15:00~15:50**

一度に参加できる人数は、**10人**まで ※開始30分前から先着順で受付

フィットネスルームとストレッチ体操の両方の利用は当面の間できません。

各利用につき、220円(チケット)が必要になります。

ご不明点は1F窓口までお問合せください。

ご理解のほど、よろしく申し上げます。

