

# kurashiki sports park

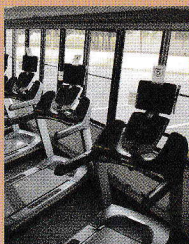
# WORK OUT

## aerobic exercise&muscle training



**有酸素マシン全席  
TV モニター付き！  
飽きずに楽しく運動できます**

バイク(4台)、AMT(2台)、  
トレッドミル(6台)す  
べてに TV モニターが  
付いています！  
「すぐに飽きて続かない」「静かな空間が苦手」そんな方におすすめです！



※音声を聞くにはイヤホンが必要です



**1回ごとの料金なので  
自分の都合に  
合わせて利用できます**

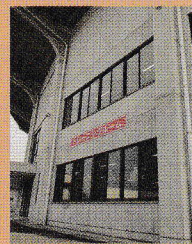
入会費、事務手数料不要！会員制ではなく、1回ごとの料金設定なので、自分の都合に合わせて来館・利用できます。

利用券 220円 / 1回  
回数券 2,200円 / 11枚綴り

※ロッカーは100円リターン式  
シャワー利用料は利用券に含まれています(無料)



**スタッフ常駐なので  
初めての方でも  
安心して利用できます**



スタッフが常駐しているため、マシンの使用方法が分からない方でも安心してご利用いただけます

※初回のみ利用登録を行い、利用方法のご案内をさせていただきます。

### ご利用案内

営業時間 平日 / 9:00 ~ 21:00 土日祝 / 9:00 ~ 19:00

定休日 なし ※年末年始、施設都合上臨時休館有

対象 高校生以上 ※16歳未満の方は、身分証、学生証提示  
※初回登録が必要です

必須物 室内用シューズ、動きやすい服装、タオル、飲み物を各自ご持参下さい

※素足・スリッパ・クロックス等脱げやすい履物でのご利用はできません  
シューズレンタルあり(150円 / 1足1回) / その他トレーニンググッズ販売有

### 主な設備



■有酸素系マシン  
バイク(4台)、AMT(2台)、  
トレッドミル(6台)



■ウエイトマシン  
レッグエクステンション/  
レッグカール/レッグプレス/  
インナー・アウターサイ/  
リアデルト/ベックフライ/  
プルダウン/ショルダープレス/  
チェストプレス/クランチ/アブドミナル/バックエクステンション/ロータリートルソー

■フリーウエイト

20kgまでのダンベル  
15セット 各2本

■その他

男女別ロッカー・シャワー室  
ウェア等販売



### ご利用方法

入口横の券売機(9:00-21:00)にて利用券をご購入の上、トレーニングルームへお越しください。

(初回時) 利用登録・施設案内ののち、ご利用いただけます。

(2回目以降) 利用券を受付にお渡しの上、利用カードに記載された登録者番号を名簿に記載してご利用ください。

現在、新型コロナウイルス感染予防のため、ご利用内容を一部制限させていただいております(利用時間90分/利用可能人数20名まで)※入館が20名以上となった場合は、整理券を配布し、番号順にご案内させていただきます

発行日: 2022.03.15/ 内容は予告なく変更する場合があります



# 倉敷運動公園 トレーニングルーム

710-0835  
倉敷市四十瀬4番地(野球場内1階管理事務所)  
TEL086-425-0856 / FAX086-425-0048  
駐車場: 508台  
水島臨海鉄道 球場前駅下車

Instagram

Twitter



倉敷運動公園

検索

KURASHIKI.LTR