



参加費無料

はじめて ジムツアー

マシンの選び方や操作方法、
ジムでの過ごし方など、
「はじめて」の不安を解消します。
お気軽にご参加ください。



ツアーの流れ

スタジオ 集合

STEP 01

ご挨拶のあと
軽いストレッチを
行います。



STEP 02

マシンに 挑戦

いくつかの
マシンを実際に
体験いただきます。

スタジオで 解散

STEP 03

あなたに合った
運動プランの
アドバイス。



実施日時

毎週 木曜日

15:00～15:20

毎週 土曜日

14:40～15:00

申込方法

フロントにてご予約が必要となります。

● お名前・会員番号を添えてお申し込みください。