



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 火曜日（1回20分～30分予定）

①11:15～②14:15～

毎週 水曜日

①12:30～②14:30～③19:30～

毎週 木曜日

①11:15～②13:15～

毎週 土曜日

①16:15～

毎週 日曜日

①15:15～②20:15～

申込方法

フロントにて

「はじめてジムツアーに申し込みたい」
とお伝えください。