

千葉市 市民の日

蘇我 CC
ハーモニープラザ分館

日ごろの運動不足の
解消にトレーニングマシンや
ストレッチ、ヨガなどでフィットネスルームを
活用してみてもはいかがでしょうか。

フィットネスルーム無料開放日
10月18日(金)・19日(土)・20日(日)

定員：20人（お一人様2時間まで）

- ・室内用運動靴を持参してください。
- ・利用登録のない方は、登録手続きが必要となりますので、お名前、ご住所の確認できる顔写真付きの免許書等をご持参ください。
- ・ダンスの練習などでお使いの方で、音楽を流しながらご利用の場合は、必ず、イヤホンやヘッドホンをご使用ください。

午前9時～午後9時までご利用可能です。



千葉市中央区 蘇我コミュニティセンター
ハーモニープラザ分館

TEL：043 (420) 8001

URL：<http://sogacc.jp/harmony/>
mail：info@soga-harmony.jp

