

10月18日は
千葉市民の日

地域の皆さまの健康づくりを応援します！

フィットネスルーム 無料開放

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
活用してみてはいかがでしょうか。

9:00
～
21:00まで
ご利用可能

3日間限定！

定員
20名
(お一人2時間まで)

10/16 金 10/17 土 10/18 日

フィットネスルームを無料開放します！

事前予約不要！
必ず室内用運動靴
を持参してください！

注意事項

- ・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。
- ・小・中学生は保護者同伴。小学生以下のマシン利用不可となります。

