

How To Training

- ★トレーニング方法などについて、アドバイスを受けたい方。
- ★マシンの使用方法などに疑問をお持ちの方、
- ★ご都合のよい日にトレーニング室へお越してください。



【開催日時】

平成28年4月15日（金）AM10～11

〃 5月17日（火）PM 2～3

〃 6月15日（水）PM 7～8

〃 7月15日（金）AM10～11

〃 8月18日（木）PM 2～3

〃 9月14日（水）PM 7～8

〃 10月13日（木）AM10～11

〃 11月15日（火）PM 2～3

〃 12月15日（木）PM 7～8

平成29年1月17日（火）AM10～11

〃 2月15日（水）PM 2～3

〃 3月16日（木）PM 7～8

※上記の時間、トレーニング室に
指導員が待機しています。