



# トレーニング マシン体験会

3月9日(水)

八戸市体育館  
トレーニング室

マシンの使い方に不安のある方・  
初心者の方におすすめします。

各時間 10名

※ 検温・受付記入のため  
15分前より入場いただきます。

マシン説明会	午前の部 (10時～11時30分)
消毒換気時間	トレーニング室 施錠中
マシン説明会	午後の部 (13時30分～15時)

申込受付: 1/4(火)～

※予約受付は、9時～17時です。

※各時間 定員になり次第 受付終了です。



- ◆ 参加は 無料ですが、予約制です。
- ◆ この体験会はトレーニングマシンの体験会です。
- ◆ シャワー利用はありませんので、ご理解ください。
- ◆ 卓球室は休場となりますので、ご了承ください。
- ◆ 係員の指示に従ってご利用ください。

八戸市体育館 TEL 22-7181