

# がやがや館 利用者感謝デー 運動室無料開放!



## 10月1日(水) 9:00~17:00

トレーニングマシンはもちろん、  
各運動プログラム、In bodyも無料でご利用いただけます!

- ・各無料券はすべて3階受付でお渡しします。
- ・初めての方は、利用者登録を行います。住所の記載されている健康保険証等の書類をお持ち下さい。
- ・中学生以下の方はご利用いただけません。
- ・当日は、通常とは異なる運営となりますので、あらかじめご承知おき下さい。

### 👑 運動室ジム利用 各部先着30名様 室内シューズ必要

- ・ 9:00~13:00 9:00より受付開始
- ・ 13:00~17:00 12:00より受付開始



### 👑 運動プログラム 各プログラム先着30名様 室内シューズ必要

- ・ 足腰元気体操 10:00~11:00
- ・ 太極拳 11:30~12:30
- ・ フレイル予防体操 14:00~15:00

各プログラム1時間前より受付開始



### 👑 In body測定 各部先着20名様 室内シューズ不要

- ・ 午前の部 9:00~12:00 9:00より受付開始
- ・ 午後の部 14:00~17:00 13:00より受付開始

