

ジムが
初めてで
不安

使い方が
わからない



for Beginner

そんなあなたに
スポーツクラブの
正しい使い方をご案内

First Workout

ファーストワークアウト



ジムエリアのご利用方法やマシンの使い方などを少人数制でわかりやすくプロのトレーナーがご案内します。はじめてジムをご利用される方や運動を習慣化されたい方にとっておきのグループオリエンテーションです。

フロントにてご予約をお願いします。
日時はスタッフと要相談！
出来る限りお客様のご要望にお応えします。

予約制

参加費
無料

所要時間
30分

定員
3名

