



令和5年1月23日(月)

申込期間

1月7日[土]8:30から
1月16日[月]23:59まで
(※事前予約制・各部10名)



こちらのQRコード
から申してください。
定員を超えた場合は
抽選とします。

文スポ公式キャラクター
ぶんずぼペンタ



トレーニング室 無料開放 DAY

料金無料

<https://req.qubo.jp/bunspo/form/twinmkday>

【日程】

午後の部 14時00分～16時00分
夜間の部 18時00分～20時00分

【対象】

当施設を初めて利用される高校生以上の方
(男性・女性)

トレーニング室を利用されたことが
ある方は、各部の時間以外にお越しください。
ただし、お待ちいただく場合や利用時間を制限する
場合があります。※料金無料
・持ち物…運動しやすい服装、マスク、運動靴
お飲み物、タオル

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては
事業を中止する場合があります。

～無料開放 DAY の流れ～

※順番は前後する可能性があります

①InBody 測定&メニュー提案

体内の筋肉量や脂肪量などを測定!



②スタジオプログラム体験♪

シェイプアップに効果的なエクササイズ等を体験!



③トレーニング開始!

マシンの使い方が分からなくても丁寧に説明します!

【お申込み・お問合せ】

(公財) 長浜文化スポーツ振興事業団
〒529-0433 長浜市木之本町西山 183 番地 3

長浜伊香ツインアリーナ
TEL : 0749-82-4119

伊香ツインアリーナ HP
イベント情報はこちらから↓

