



# ツインアリーナ

～新型コロナウイルス感染拡大予防対策を行い、  
安全な事業運営に努めています～

9/17(土) 18:30～20:30 女性限定  
9/26(月) 18:30～20:30 男性限定

※事前予約制 (定員: 各10名)

料金無料

トレーニング室  
無料開放  
DAY

## 申込方法

9/2 [金] 8:30 から

9/13 [火] 23:59 まで

右記 QR コードから  
申込みください  
※定員を超えた場合は  
抽選とします



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

## 【時間】

18時30分～20時30分

## 【対象】

9/17(土)当施設を初めて利用される女性の方

9/26(月)当施設を初めて利用される男性の方

・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。

※トレーニング室を利用されたことがある方は、9/17(土)・  
9/26(月)は 9:00～18:30 までご利用できます。(無料)

## ～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♪

トレーニング前にストレッチ!



### 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

文スポ公式キャラクター  
ふんすぽペンタ

