

屋外でのトレーニングプログラム開催のお知らせ

現在、北海きたえーるの施設改修工事に伴い、10月31日(木)まで全館休館となっております。トレーニング室も休館となっておりますが、みなさまの運動習慣が途切れることのないよう、期間限定で屋外(南エントランス周辺)にて簡単な運動ができる環境を提供しております。自転車運動やダンベルトレーニング、マットでのトレーニングやストレッチなどをすることができ、グループレッスンなどのプログラムも開催しております。

開催日は火曜日と木曜日の9:00-12:00(雨天中止)で、事前のご予約は必要ありません。(※グループレッスンのみ予約が必要です。)

開催のお知らせやプログラムの紹介など、詳細は下記掲載のLINEオープンチャット内にて行っておりますので、ご興味のある方はぜひご登録をお願いいたします。(匿名で登録ができます。)

