

中学3年生の皆様

# 卒業 おめでとうございます

## フィットネスで身体を動かそう!!



### フィットネスルーム利用時間

9:00~21:50  
(最終入場 21:15まで)

高校入学前  
まずは

### 初回講習(予約制)

3月16日(土)~3月31日(日)まで中学卒業生(新高校1年生)に  
限って初回講習は予約制となります

★講習時間 1日2回 各回定員5名  
①14:00~ ②17:00~

#### ★受講料

町内: 300円

町外: 500円

※ふじみ野市及び富士見市在住・在学の方も町内料金となります。

#### ★持ち物★

運動しやすい服装

(ジーンズ類・ベルトを使用する物以外でお越し下さい)

体育館シューズ(室内履き)

生徒手帳(※手続きの際に必要になります)

3月4日(月)から  
申込み開始です。  
お電話でのご予約  
お待ちしております。

初回講習を受講すれば  
スタジオプログラムにも  
参加できる!!



## 卒業生は3月16日より利用可能!!

### ☆フィットネススタジオプログラム☆

ストレス発散ができる格闘技系(キックボクシングエクササイズ等)

かっこよく楽しく踊れるダンス系(JAZZダンス・ZUMBA等)

いつでも人気の身体調整系(ヨガ・ピラティス等)

楽しく汗を流せるエアロビクス

・・・など多数のプログラムがございます!

### ☆トレーニングマシン☆

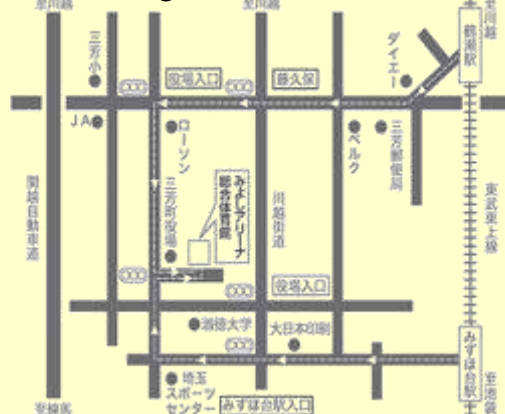
平成29年1月6日にリニューアルオープン!!

全部のマシンが新しくなり、使いやすくなりました。

最先端の『TRX 全身エクササイズ』や『パーソナル』を使ってトレーニングも可能です!

**数多くのスタジオプログラム・トレーニングマシンが  
あなたを待っています♪**

### アクセス



## 三芳町総合体育館

指定管理者 東京ドーム・ツールツリーグループ

〒354-0041 入間郡三芳町藤久保 1100-1

☎049-258-0311