

# 敬老の日 施設 無料開放



老化現象や健康に  
関わる物質測定



特急あずさ VS 水泳

## ヘルスパ塩尻

### 最終糖化物質測定

筋力測定（握力）

10:00～16:00 ※0円体験

### 疾風の覇者は誰だ?!

～25m 泳力タイム測定～

11:00～17:00 ※参加費0円

# 9/15(月)

## 家族みんなで楽しめる! プールでカラダを動かそう!

#### 施設ご利用時の注意点

##### <ジムトレーニングルーム>

- 中学生以上の方がご利用いただけます  
(中学生の方は必ず保護者の方と一緒にご利用ください)
- 室内用シューズをご持参ください(貸出しはおこなっておりません)

##### <体育館>

- 室内用シューズをご持参ください(貸出しはおこなっておりません)
- ※要予約(対象利用時間の1時間まで)

##### <温水プール>

- 小学校3年生以下のお子さまは必ず保護者の方と一緒にご利用ください
- 水着・水泳帽子を必ず着用してください  
(貸出しはおこなっておりません)
- 浮き具(大きすぎるもの)、ビーチボールはご利用いただけません
- コース案内表示に従ってご利用ください
- カメラ撮影は禁止です

#### <無料開放の対象施設営業時間>

ジムトレーニングルーム	9:00～18:00
体育館	9:00～18:00
温水プール	11:00～19:00
温浴施設 ※	10:00～20:00

※温浴施設は65歳以上に限り、無料で利用できます。  
年齢が証明できるものをご持参ください



公益財団法人体力づくり指導協会

# ヘルスパ塩尻

塩尻市大門1番町1-1 [www.tairyoku.or.jp/](http://www.tairyoku.or.jp/)

TEL.0263-54-3939

