

施設

10月8日(月)

無料開放

ヘルSPA塩尻では、体育の日に施設無料開放をおこないます
また、当日は体力測定会も開催します

対象施設営業時間

ジムトレーニングルーム	9:00 ~ 21:00
体育館	9:00 ~ 21:00
温水プール	11:00 ~ 21:00

※16:30 ~ 19:00 は教室開催のためプールは利用できません



同時開催 体力測定会

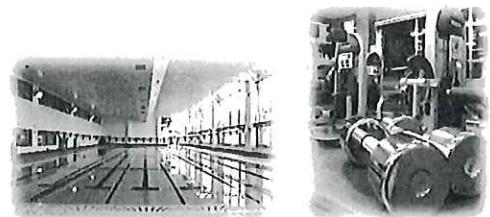
開催時間 10:00~16:00

開催場所 研修室

参加料 無料

持ち物 運動ができる服装と室内用運動靴

測定種目 握力、長座体前屈、立ち幅跳び、反復横跳び
上体起こし、20mシャトルラン(質問表)



施設ご利用時の注意点

<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 ■カメラ等での撮影は禁止です

<ジムトレーニングルーム> ■中学生以上の方がご利用になれます(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

<体育館> ■室内用シューズをご持参ください ■利用には予約が必要です

