

# 麒麟ビレッジ周南総合スポーツセンター

# 健康ルーム

## ★ご利用について★

- ◇初めてご利用される方は、講習の受講（2回）が必要です。
- ◇講習は予約制です。

**【利用料金】**  
 当日券・・・510円  
 回数券（12枚綴り）・・・5,100円（期限なし・払い戻し不可）  
 スポーツセンター入口右側の事務所にてご購入下さい。

有酸素系運動器



ランニングマシン



エアロバイク



階段上り

トレーニングマシン機器



バッグエクステンション(背筋)



アブドミナルボード(腹筋)



トータルヒップ(太腿・お尻)



ロータリートルソー(脇腹)



レッグプレス(脹脛)



レッグエクステンション(太腿前)



レッグカール(太腿後)



ショルダープレス(肩)



ハイプリー(背中)



フライ(胸)



ダンベル

リラクゼーション・測定機器等



バレルローラー



ロデオマシン



ベルトバイブレーター



ストレッチスペース



休憩スペース



冷水器



血圧計



体重計

◎定休日・・・火曜日

◎利用時間・・・9:00~12:00/13:00~17:00/18:00~21:30