



**要予約**

**筋トレ初心者**



**無料体験会開催中！**

★ジムに通ったことが無い方、これから筋トレを始めたいと思っている方、ゴールドジムのトレーナーがしっかりと指導致します。

開催時間：【月～土】10:00～22:00(最終受付21:00)

【日・祝】10:00～20:00(最終受付19:00)

所要時間：1時間 \*体験会終了後は温浴施設の利用可。

各回定員：2名 (ご家族ご友人との参加もOK)

\*中学生以上の方が、ご参加いただけます。

参加方法：お電話にてご予約ください

持ち物：トレーニングウェア、室内履きをご用意ください。

\*中学生以上の方がご参加いただけます。

開催場所：ゴールドジム横浜馬車道