

お知らせ

8月18日(火)より、トレーニング時の
マスク着用を必須とさせていただきます。

マスク着用時のトレーニングにつきましては、酸欠状態等の事故が起きないように、運動強度を調整するなどのご協力をお願いいたします。

有酸素運動時に比較的適したマスクの着用をお奨めいたします。