

# ＜中学生以下のお客様へ＞

発育発達の上、有効な器具のみ使用可能となります。

中学生以下のお客様がご利用になれる器具は以下の5種類となります。



(アップライトバイク)



(ランニングマシン)



(クロストレーナー)



(腹筋台)



(背筋台)

※トレーニングマシン・フリーウエイト(ダンベル・バーベル)は使用できません。

また、身体のサイズに合わないものは危険ですのでご利用になれません。

