

スポーツリハニュース

特集!! 新しい トレッドミルが 入りました

50号

平成24年2月発行

先月号で、「フレックスクッション」を紹介しました。
さっそく多くの会員さんが体験され、とても好評価をいただいています。
「骨盤を立てる感覚がわかった」とか「膝が伸びやすい」などの感想が多いですね。
まだの方はぜひ体験してみてください。カラダの硬い方も、柔らかい方も効果的に
ストレッチできますよ!

そして今回も新しいマシンの紹介です。
なんと新しいトレッドミル(ランニング・マシン)を2台導入しました。
使い勝手はよかったですのですが、音が大きく、時々機嫌を損ねてしまっていた前の
1台は新しい持ち主のもとに行きましたので、1台増えたことになります。
これまで、みなさんのご協力で(気を使っていたいただきありがとうございます)順番に
やっていたのですが、これからは少し順番が速くなり、待ち時間も少なくなる
と思います。
(最近は混んでいる時も多いので、以前よりはご迷惑をかけています…)
動くベルトの位置が高く、乗り降りに気をつけなければいけないですが、新しくて
安定感のあるトレッドミルを使用してみてください。
しっかり歩きたい人も、ガンガン走りたい人も満足していただければうれしいです。

操作はきわめて簡単ですが、初めての方はスタッフ
の説明を一度聞いてくださいね。

①→②→③ですからね(笑)

*乗り降りの際にはくれぐれも注意してください。

