

パワーリハビリテーション（導入プログラム修了者用）

一般開放のご案内

導入プログラム10回コースの修了者は、「一般開放」としてトレーニングマシンを利用できます。健康の維持、向上のためにぜひご利用ください。

【実施施設一覧】

実施施設	日時	時間	パワーリハビリテーション 以外の利用
柏崎 アクアパーク	休館日・年末年始 を除く毎日	10：00～17：00	可
特養じらなみ	月・木 (祝日・年末年始を除く)	9：00～11：30	不可
		13：00～16：00	
コツコツ貯筋 体操センター パワリハ会場	月・火・木・金 (祝日・年末年始を除く)	13：00～16：00	不可
		9：00～12：00	
	水・土 (祝日・年末年始を除く)	12：45～17：00	
		9：00～12：00	

利用料

10回券 1,020円 30回券 2,550円

注意点

- ・導入プログラムを修了した施設以外を利用される場合は、事前に修了施設のスタッフへご連絡ください。
- ・スタッフが会場に常駐しておりますが、基本的には自主トレになります。
- ・運動時の事故等は、すべて自己責任です。体調管理をお願いします。

お問い合わせ

ご利用になりたい施設にご連絡ください。