

kurashiki sports park

WORK OUT

aerobic exercise&muscle training



**有酸素マシン全機
TVモニター付き！
飽きずに楽しく運動できます**

バイク(4台)、AMT(2台)、
トレッドミル(6台)す
べてにTVモニターが
付いています。
「すぐに飽きて続かない」
「静かな空間が苦手」
そんな方におすすめ
です！

※音声を聞くにはイヤホンが必要です



**1回ごとの料金なので
ご自身の都合に
合わせて利用できます**

入会費、事務手数料不要！会員制では
なく、1回ごとの料金設定なので、ご自身の
都合に合わせて来館・利用できます。

利用券 330円 / 1回
回数券 3,300円 / 11枚綴り

※ロッカーは100円リターン式
シャワー利用料は利用券に含まれています(無料)



**スタッフ常駐なので
初めての方でも
安心して利用できます**



スタッフが常駐してい
るため、マシンの使用
法が分からない方でも
安心してご利用いただけ
ます

※初回のみ利用登録を行い、
利用方法のご案内をさせて
頂きます。

ご利用案内

営業時間 平日 / 9:00 ~ 21:00 土日祝 / 9:00 ~ 19:00

定休日 なし ※年末年始、施設都合上臨時休館有

対象 高校生以上 ※16歳未満の方は、身分証、学生証提示
※初回登録が必要です

必須物 室内用シューズ、動きやすい服装、タオル、飲み物を
各自ご持参下さい

※素足・スリッパ・クロックス等脱げやすい履物でのご利用はできません
シューズレンタルあり(150円 / 1足1回) / その他トレーニンググッズ販売有

ご利用方法

入口横の券売機(9:00-21:00)にて利用券をご購入の上、トレーニングルームへ
お越しください。

(初回時) 利用登録・施設案内ののち、ご利用いただけます。

(2回目以降) 利用券を受付にお渡しの上、利用カードに記載された登録者番号を名簿
に記載してご利用ください。

主な設備



■有酸素系マシン
バイク(4台)、AMT(2台)、
トレッドミル(6台)

■ウエイトマシン
レッグエクステンション/
レッグカール/レッグプレス/
インナー・アウターサイ/
リアデルト/バックフライ/
プルダウン/ショルダープレ
ス/チェストプレス/クラン
チ/アブドミナル/バックエ
クステンション/ロータリ
トルソー



■フリーウエイト
20kgまでのダンベル
15セット 各2本

■その他
男女別ロッカー・シャワー室
ウェア等販売



発行日：2025.03.15/内容は予告なく変更する場合があります



倉敷運動公園
トレーニングルーム

710-0835
倉敷市四十瀬4番地(野球場内1階管理事務所)
TEL086-425-0856 / FAX086-425-0048
駐車場：508台 / 水島臨海鉄道 球場前駅下車

Instagram

X



倉敷運動公園

検索

KURASHIKISLTR