

利用料金

マシンスペース・ウォーキングコース

300円/回(回数券3,000円/11回分)
1回の料金で全て利用可能です

多目的スペース(要予約)

1,000円/1時間

駐車場(施設を利用された方)

3時間まで無料

初心者
大歓迎



施設概要

1階

【健康増進ゾーン】

●マシンスペース

(ご利用対象は高校生以上です)

- ランニングマシン(傾斜調節式) …… 8台
- フィットネスバイク …… 6台
- ステップマシン …… 3台
- 筋持久力系トレーニングマシン …… 7台
- ウェイトトレーニングマシン …… 4台
- 体重計、マルチ周波数体組成計、全自動血圧計

●ウォーキングコース

1周80メートル

初めて利用される方は、スタッフから15分程度の事前説明を受けた後ご利用になれます

●多目的スペース

市民サークルの運動などに貸し出します

【集いのスペース】

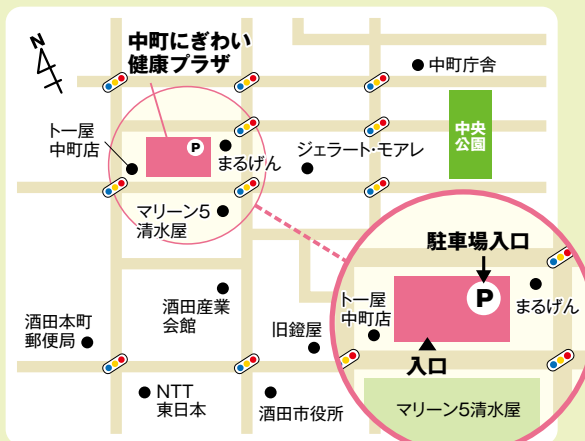
休憩スペース、イベントに使用



2階～6階及び屋上

【市営有料駐車場】

- 115台駐車可能
- ロードヒーティング(市道～駐車場スロープ出入口)
- 各階にセンサー感知警告灯



H29.6

開館時間 午前9時～午後9時30分

(マシンの利用は午後9時まで)

休館日 12月29日～1月3日

【休業日】1・3・5・7・9・11月の最終月曜日は、メンテナンスのため「健康増進ゾーン」は終日ご利用いただけません。

※開館時間及び休館・休業日は変更する場合があります。

駐車場のご案内 (施設利用者以外も利用可)

市営有料駐車場(24時間年中無休)

- 料金発生後最初の1時間／**220円**
30分超過ごと108円加算(10円未満は四捨五入)
- 夜間(午後8時～午前8時)／**最大500円**

※施設を利用された方は**3時間まで無料**です。駐車券を1階受付に提示してください。

お問い合わせ

酒田市中町にぎわい健康プラザ

〒998-0044 酒田市中町2丁目4-12

☎0234-43-1373

FAX 0234-43-1374



酒田市

中町にぎわい健康プラザ

施設のご案内



〈施設のご案内〉



●ウォーキングコース

1周80mのコース。お友達と会話しながら歩いてみましょう。ノルディックウォーク用のストックも貸し出しています。

ご利用の際は運動できる服装で運動用内履きをご持参下さい

バランスボールで楽しく運動!!



●マシンスペース

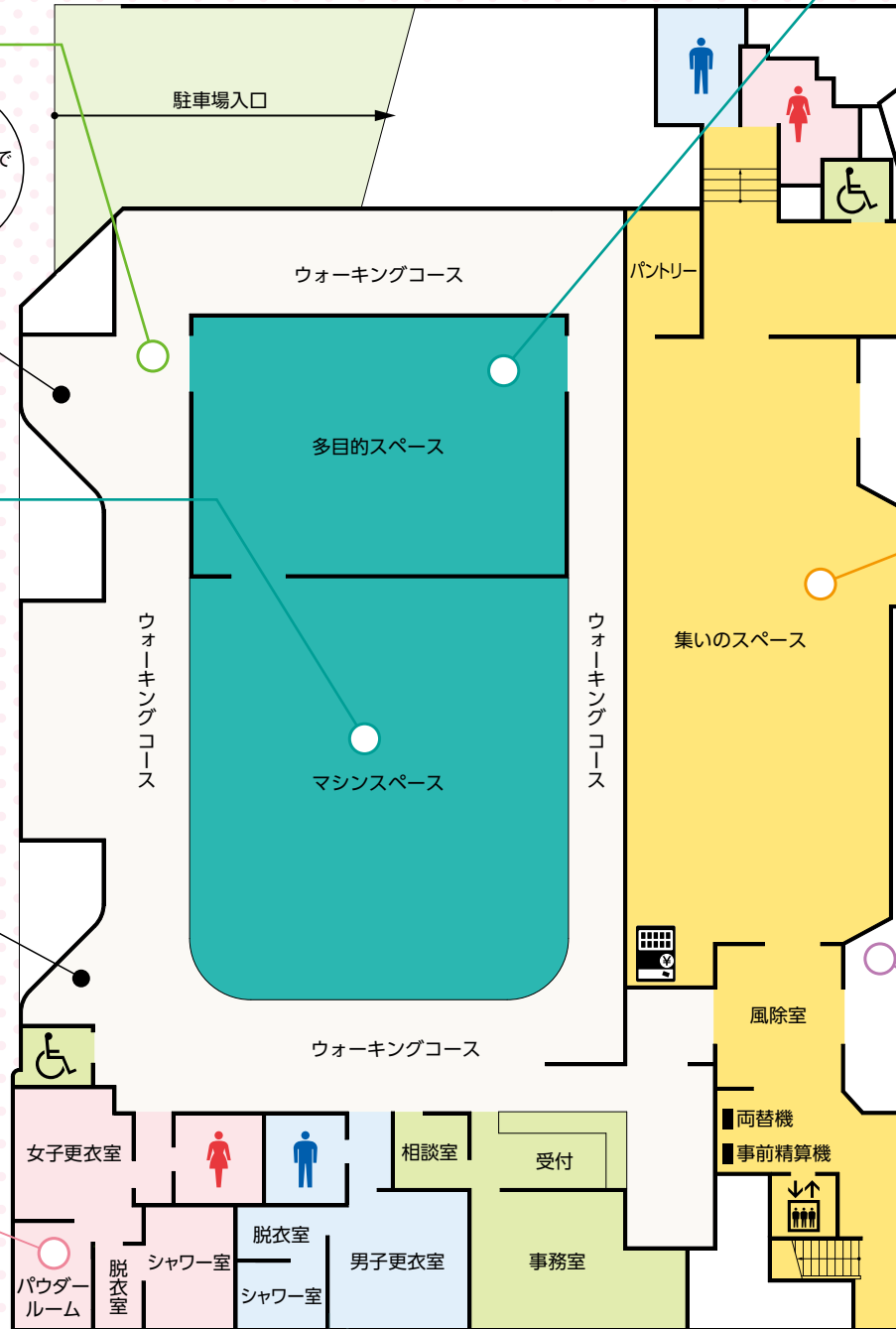
「運動がしたい!」
「マシンを使ってみたい!」
でも…場所が…。そんな皆様、
ここなら気軽にできますよ!

体組成計で全身チェック!!



●パウダールーム

運動して汗をかいた後の、お化粧直しにご利用ください。



●多目的スペース

サークル活動で使うのもよし!
自分にあったサークルを見つけるのもよし!
みんなで運動すると気分が盛りあがります!



●集いのスペース

ランチ、ミーティング、井戸端会議の会場はこちら!
いろんなイベントも開催しますよ。

Free Wi-Fiでインターネットも快適に!!



●出入口

お気軽に中へどうぞ。
エレベーターで屋上に行けば、晴れた日には綺麗な鳥海山が迎えてくれます。

→マリリン5清水屋側

夜間
駐車場
出入口