

# ★ スパースの運動応援宣言 ★

年末年始期間中の入会者様へ  
**先着15名様 延長適応!** !!

HSO.1月分まで ※12/30~1/3は休業日

★ 入会金 (¥14,000) ⇒ **¥0-**

★ 登録料 (¥3,600) ⇒ **¥0-**

スタート日が1日・10日・20日から選べます。

★ 月会費1ヶ月分 ⇒ **半額**

● 体組成測定無料チケット

● 「好きなドリンク 1本」プレゼント

=入会割引の適応には最低3カ月の在籍が条件となります=

＜体験＞

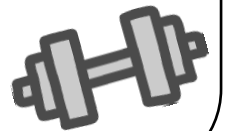
初回体験: ¥1,000

二回目以降: ¥2,160 (ビジター利用)

＜入会手続き時に必要な物＞

月会費2ヵ月分 (現金)

通帳・金融機関届印



見学も随時実施中です!



スパークなぎさで  
カラダ美しく  
健康に。



**NEW** 平日夜・土日祝開催! OLさんにオススメ!

**選べるレッスン会員始まる!**

9/20[水]より受付開始!



その他レッスンもございます。※詳しくはお問い合わせください。

**得** レッスン後はなぎさの湯を  
ご利用いただけます。

料金

60分/月4回 6,000円[税別] 45分/月4回 5,000円[税別]

※定員がございます。※料金は、お選びいただいたレッスンにより異なります。  
※トレーニングルームと登録レッスン以外のご利用不可です。※詳しくはお問い合わせください。

**TRAINING ROOM** トレーニングルーム

持久力系、筋力系の多彩なマシンを多数完備した  
トレーニングルーム。  
女性もお年寄りも安心してご利用いただけます。



自重・体幹  
トレーニングエリア

体を鍛える上で重要な体幹。  
体幹を気持ちよく自分の重さで  
トレーニングできるスペースを  
確保いたしました。



ダンベル

ウエイトの種類が多数!自分  
にあった重さで無理せずトレ  
ニングいただけます。

多種多様なマシンで効果もアップ!

**SUPPORT SERVICE**

サポートサービス

初めての方でも安心!  
インストラクターにより、お客様の  
トレーニングを徹底サポート!!

STEP1

担当  
インストラクター  
との  
カウンセリング



STEP2

ウォーミング  
アップ  
開始!



STEP3

ストレッチ・  
準備体操!



STEP4

筋力  
トレーニング  
開始!



STEP5

有酸素運動で  
締めくくり!



**MEMBERS** メンバー種別 **都度利用もできます。**

メンバー種別	月会費(税別)	施設	平日	土・日・祝日
ゴールド	21,000円	ジム なぎさの湯	10:00~22:00 10:00~深夜1:00	10:00~19:00
マスター	14,000円	ジム	10:00~22:00	10:00~19:00
ビジネス(駐車場+ジム)	16,000円	なぎさの湯	10:00~深夜1:00	
フルタイム	12,000円	ジム	10:00~22:00	10:00~19:00
ペア	11,000円/人	なぎさの湯	10:00~23:00	10:00~20:00
ホリデイ&ナイト	10,500円	ジム	17:30~22:00	10:00~19:00
デイトタイム	9,200円	なぎさの湯	17:30~22:00	10:00~20:00
ナイト	9,200円	ジム	10:00~18:00	
ホリデイ	9,000円	なぎさの湯	10:00~18:00	
シルバー ※65歳以上	8,500円	ジム	17:30~22:00	10:00~19:00
学生	6,334円	なぎさの湯	10:00~16:00	10:00~20:00
		なぎさの湯	10:00~16:00	土・祝10:00~16:00
		なぎさの湯	14:00~22:00	土・祝10:00~16:00
		なぎさの湯	14:00~23:00	

※フルタイム・ホリデイの会員登録は、平日・祝日の利用は利用料金100円がかかります。  
※会員登録外期間でのご利用や延長される場合は、別途料金が発生いたします。※各施設は全て税込価格となります。

■ご入会時に必要なもの

身分証明書 学生は学生証も 一緒にお待ち下さい。	入会金 14,000円 (税込)	登録料 3,600円 (税込)	月会費 2ヶ月分	口座番号の 確認できるもの キャッシュカード、預金通帳など	ご指定 口座の お振込印
--------------------------------	------------------------	-----------------------	-------------	-------------------------------------	--------------------

**STUDIO PROGRAM** スタジオプログラム

各種プログラムが初めての方でもゆっくり基本から始めていただけます。



スパークに  
しかない  
レッスンも  
多数!!

半年に  
1回  
リニュー  
アル!!



スラックライン

綱渡りのような器具を使い、楽しみながらトレーニング/シェイプアップ効果もあります。



〈ストレッチ・骨盤調整〉 〈エアロピクス・ステップ〉 〈ヨガ・ピラティス〉

**EXPERIENCE 体験会実施中!**

まずは体験! スタート前に不安解消で安心して始められます!

体験料

初回 1,000円[税込]

2回目以降 2,160円[税込]

見学も随時受付中!



**RELAXATION** リラクゼーション

カラダを動かした後は癒しの空間でヒーリング。ゆったりとした時間をお過ごしください。



露天風呂や日替わり湯など、  
バラエティ豊かなお風呂でお楽しみください。

