

\* 対象:16才以上(16才以下の場合は、個別に相談に応じます。)

## 成人共通

◎入会金	10,000円 (税込 11,000円)	◎年会費	1,000円 (税込 1,100円)
◎水光費協力金	380円 (税込 418円)		(入会月により異なります)

## 特典

家族が会員の場合、入会金割引あり

【家族が子どもの場合:7,000円(税込7,700円) 成人会員の場合:5,000円(税込5,500円)】

他コースと併用の場合、20%割引あり

## 【スタジオコース】

心と体のリフレッシュ。嬉しさ、楽しさ、心地よさの提供。

時間	月	火	水	木	金	土	会費	内容
◆昼のスタジオコース 10:00 ~ 15:00 * 特別レッスンは参加できません。	○	○	○	○	○	○	フリー出席 5,000円 (税込5,500円)	『骨盤矯正』や『ヨガプログラム』など、ゆったりとご自身の身体と向き合えるレッスンから、『エアロ』や『ズンバ』などしっかりと身体を動かせるレッスンなど豊富なレッスン数で楽しく健康作りが出来ます。

時間	月	火	水	木	金	土	会費	内容
◆夜のスタジオコース 18:30 ~ 22:00	○	○	○	○	○	○	フリー出席 5,000円 (税込5,500円)	『エアロビクス』から『ヨガ』など多彩なプログラムで健康作りを応援します。シェイプアップは勿論、ストレス発散・リフレッシュなどにも最適です。お好きなレッスンに何度でも参加して頂けます。

『昼のスタジオコース』『夜のスタジオコース』共に有酸素マシンのご利用が出来ます。(時間制限有)

『昼のスタジオコース』『夜のスタジオコース』共にご利用頂けるコースもあります。(月会費:8,800円)

## 【目的別コース】

健康作りはもちろん、趣味としても楽しんでもらえ、運動習慣が身に付きます。

時間	月	火	水	木	金	土	会費	内容
◆ヨガ 14:00 ~ 15:00 15:00 ~ 16:00		○		○			月4回 6,000円 (税込6,600円) 月8回 10,000円 (税込11,000円) (振替制度あり)	ゆったりとした動きで疲れやストレスの溜まった身体をほぐしてあげることで、同時に気持ちも軽やかになり、悩み事やイヤなこと、イライラ感を解消したい方のクラス

時間	月	火	水	木	金	土	会費	内容
◆気功太極拳 14:00 ~ 15:00 15:00 ~ 16:00	○		○				月4回 6,000円 (税込6,600円) (振替制度あり)	太極拳の『型』や『呼吸』を覚えながら、心と身体のバランス感覚をつけたい方におすすめのクラスです。

スタジオプログラム会員の方は、サウナ・ジャグジー・マシンルームがご利用頂けます。

(但し、サウナ・ジャグジー利用に際して水着を着用して下さい。)