

# スカッシュスクール

初心者から  
上級者まで

月4回 8,580円

キッズから  
大人まで!



※入会登録料4,125円が別途必要となります。

各クラス  
定員5名

スカッシュスクール・スケジュール							
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日・日曜	
10:00					一般 初心者	一般 初心者	
11:00					一般 初級者	一般 初級者	
12:00					一般 初心者	一般 初級者	
13:00			一般 初心者		一般 初級者	一般 初級者	
14:00						一般 中級者	
15:00			一般 初心者			一般 中級者	
16:00	一般 初心者		一般 初心者			一般 中級者	
17:00		ジュニア 初心者				一般 上級者	
18:00		ジュニア 初心者					
19:00	一般 初級者	一般 初級者	一般 中級者	一般 初級者			
20:00	一般 初級者	一般 初級者	一般 上級者	一般 初級者			
21:00	一般 初心者	一般 初級者	一般 初級者	一般 初心者			

# こども体操教室

幅広いカリキュラムで運動機能向上を目指します!

まずは  
“体験”  
から



月4回 7,150円

各クラス  
定員20名

※入会登録料4,125円、年会費2,200円  
が別途必要となります。

こども体操教室

	水曜日	土曜日
16:00		
17:00	①16:30~ 17:30	③17:00~ 18:00
18:00	②17:45~ 18:45	④18:15~ 19:15
19:00		

# パーソナルトレーニング

完全予約制マンツーマンプログラム  
★ご希望の日時でトレーニング

術後リハビリから  
ダイエットまで!



★信頼おける有資格パーソナルトレーナーによる  
効果的なあなただけのフィットネスを。

定員なし

月4回 22,000円~

# 「おけいこ」・スイム

「おケイコ」感覚で泳  
ぎを覚えながら、健康  
に! 今からでもスイ  
スイ泳げる!!



月4回 7,700円

- ①水曜日 13:30~14:30
- ②月・木 19:30~20:30

各クラス  
定員20名

# ウォーム・ヨガクラス

適度な温度と湿度で  
リラックス&  
デトックス効果を!



月4回 7,700円

ウォーム・ヨガクラス

	火曜日	木曜日	金曜日
10:00			
11:00			
12:00	12:00~ 12:45	12:30~ 13:15	12:00~ 12:45
13:00			
14:00			14:15~ 15:00
15:00			
16:00			
17:00			
18:00	18:30~ 19:15	18:30~ 19:15	
19:00			
20:00			

各クラス  
定員20名

月4回どのクラスに  
参加してもOK!