

運動教室ご利用料金のご案内

	1回料金	内容(詳しくはスタッフにお尋ねください)
マシンジム	300円	機能訓練室にありますストレッチマシンをご利用になれます。
ヨガ教室	1000円	リラックスや健康、ダイエットにオススメです。年齢問わずどなたでも参加できます。講師:山田えみ
メディカルアクア(ハイドロ)	1200円	両手足に抵抗具を付けて、水の負荷を受けながら行う水中運動です。講師:小林
ととのうアクア	1200円	水温、浮力、水圧、抵抗などの水の特性を利用した水中運動です。講師:茜
水泳教室(大人)	500円	泳げる方、泳げない方どんな方でも大丈夫です。その方に合った方法で指導します。講師:渡辺

お得にご利用されたい方はこちらをご利用ください。

			マシンジム	ヨガ教室	メディカルアクア (ハイドロ)	ととのうアクア	水泳教室(大人)	お風呂・プール
マシンジム回数券	11枚綴り 有効期限 6か月間	3000円	○	×	×	×	×	×
マシンジム定期券	有効期限 1か月間	3000円	○	×	×	×	×	×
フィットネス定期券		7000円	×	○	○	○	○	○ 教室参加日のみ可
ウェルネス定期券		12000円	○	○	○	○	○	○

詳しくはスタッフまでお尋ねください。