

南足柄市体育センター おとなクラブ会員

月会費 4,750円 (税込)

週 14 本のレッスンに参加し放題！

プールレッスン

初めて水泳にチャレンジする方から、4泳法の習得を目指す中上級者の方までご参加いただけます。また、顔を水につけることのないウォーキングクラスもございますので、水中で身体を動かして心もリフレッシュしましょう！

	火	水	木	金	土
11:30 ～ 12:15	初めてスイム	水中 ウォーキング ウォーキングクラス	初心者水泳	膝にやさしい 水中散歩 ウォーキングクラス	初めてスイム
13:00 ～ 13:45	水中運動 ウォーキングクラス	じっくりスイム	腰痛改善教室 ウォーキングクラス	じっくりスイム	肩こり解消 ストレッチ ウォーキングクラス
19:00 ～ 20:00	初めてスイム	マスターズ (中上級者向け)	初めてスイム	マスターズ (中上級者向け)	

ご自分のペースで！

トレーニングルーム

ご利用時間 9:00 ～ 21:00

お好きな時間にご自分のペースでご利用いただけます。器具の取り扱いがスタッフが随時説明しますので、初めての方も安心です。

※ご利用の際は、動きやすく運動に適したウェアと室内用の運動シューズを着用してください。



ご入会手順

STEP1 無料体験 *ご参加しなくても入会可能です。

無料体験は随時受け付けています。ご希望の前日までにお電話または総合受付まで直接お申し込みください。

STEP2 ご入会手続き

総合受付にて、以下4点をお持ちの上お手続きください。

- ① 月会費 2 か月分 (税込9,500 円)
- ② 通帳
- ③ 通帳届出印鑑
- ④ 写真 (縦 3 cm × 横 2.5 cm) *スナップ写真可。

Facebook
温水プール情報を
毎日更新中！



〈お問い合わせ・お申し込み〉

南足柄市体育センター TEL 0465-72-1171
南足柄市和田河原 1030 番 <http://www.taiiku-center.jp>

主催：南足柄市体育センター 指定管理者
静岡ビル保善シンコースポーツ共同事業体