



夏休み短期教室

水泳教室

6/14(火)より好評受付中!!

開催日 I期 7/25(水)~27(金)3日間

| コース | 対象 | 時間 | 定員 | バス |
|-----|---------|-------------|-----|----|
| 水泳 | A 会員・一般 | 9:30~10:30 | 80名 | ○ |
| | B 会員・一般 | 10:45~11:45 | 80名 | ○ |
| | C 会員・一般 | 15:00~16:00 | 50名 | ○ |

開催日 II期 7/28(土)~30(月)3日間

| コース | 対象 | 時間 | 定員 | バス |
|-----|---------|-------------|-----|----|
| 水泳 | D 会員・一般 | 9:30~10:30 | 80名 | ○ |
| | E 会員・一般 | 10:45~11:45 | 80名 | ○ |
| | F 会員・一般 | 15:00~16:00 | 50名 | ○ |

開催日 III期 8/6(月)~8(水)3日間

| コース | 対象 | 時間 | 定員 | バス |
|-----|---------|------------|-----|----|
| 水泳 | G 会員・一般 | 9:00~10:00 | 50名 | × |

◆対象 年少~中学生

◆受講料 会員:4,860円(税込)
一般:5,200円(税込)

※お1人様のお申込数に制限はございません。
※定員になり次第締め切りとさせていただきます。

ユア
認定証
発行

入会特典 指定用品
3点セット
プレゼント!

水着
キャップ
ゴーグル



※指定ゴーグルは購入となります。
※I・II期:8/12(日)までにお手続きの方が対象となります。
※III期:8/31(金)までにお手続きの方が対象となります。

短期教室専用無料送迎バス運行

前向きなココロでカラダも変化する。

スタジオ



グループレッスンでスポーツの楽しさ倍増!!

『ヨガ』『エアロ』『ダンス』『格闘技』『リラクゼーション』『太極拳』に加え『コア(体の芯)を鍛え、身体の歪みを整える調整系のレッスン』などもご用意しております。

アクア



水中でしか味わえない!4つの効果!!

- ①『浮力』水の浮力で体が軽くなり、無理なく『全身運動』をすることができます。
- ②『水圧』血液循環が良くなり『むくみ』や『肩こり』等の改善が期待されます。
- ③『抵抗』陸上よりも抵抗が多い分『効率良くカロリー消費』することができます。
- ④『水温』免疫力アップが期待でき、『風邪を引きにくく』なります。

サーキットトレーニング



1回たった30分!男性も利用可能

短時間で筋トレ+有酸素運動!
時間のない方や初心者の方に人気です!
30分でカラダが変わる!
是非実感してください。



体調管理・体重管理…。

日々の積み重ねは着実にカラダを変えていきます。

それにはまず『カラダを動かす楽しみ』に目覚めさせることが大切。

快適な運動空間・スタッフのサポート、運動が初めての方や苦手な方も

続けられる環境がここにあります。さあ始めましょう!

www.yoursports.co.jp/ [ユアスポーツクラブ](#)

検索

オススメ

スタジオ + Shape Your-Body You-Fit + プール
すべての施設を楽しめる!!

月会費

「フィットネス会員」7,000円

(税込7,560円)

今回だけのおトクな限定入会特典!!

フィットネス・成人スクール

入会登録料 **0円** + 水素水 **1杯** プレゼント

さらに…ベネフィット・ワン 1ヵ月プレゼント

キッズスイミング

クラブ指定用品
2点セットプレゼント!
(キャップ&水着)

+ ベネフィット・ワン 1ヵ月プレゼント

