



# スパ&スポーツ ユア—我孫子

## 2020年!

## ココロを満たすカラダづくり。

## 自分史上、最高ボディに!



### 春の入会 キャンペーン 3/31(火)まで

※6ヶ月以上在籍の方に限ります。

### 3月・4月・5月 3ヶ月合わせて 月会費 **0**円

他クラブからの乗り換えで ⇒ マツキヨ商品券2,000円プレゼント

※別途、入会登録料として3,000円(税別)を頂きます。

会員種別	月会費	利用曜日・時間等	会員種別	月会費	利用曜日・時間等	会員種別	月会費	利用曜日・時間等
<b>フルタイム会員</b>	<b>9,000円</b>	火～金 8:00～23:00 土 9:00～21:00 日・祝日 9:00～20:00	<b>スクールママパパ会員</b> ※スクールに通うお子様のママ・パパ 共に利用可	<b>4,000円</b>	火～金 8:00～23:00 土 9:00～21:00 日・祝日 9:00～20:00	<b>プール・スパ会員</b> ※プール・スパゾーンのみのご利用となります。	<b>7,000円</b>	火～金 8:00～23:00 土 9:00～21:00 日・祝 9:00～20:00
<b>ファミリー会員</b> ※フルタイム会員のご家族の方	<b>7,500円</b>		<b>スクールママorパパ会員</b> ※スクールに通うお子様のママ・パパ いずれか利用可	<b>3,500円</b>		<b>ナイト会員</b>	<b>6,500円</b>	火～金 19:30～23:00 土 18:30～21:00 ※日祝はご利用いただけません。
<b>アンダー30会員</b> ※30歳以下の方に限ります。	<b>7,000円</b>		<b>平日会員</b>	<b>7,000円</b>	火～金 8:00～17:00 土 9:00～17:00 ※日祝はご利用いただけません。	<b>You-Fit会員</b>	<b>5,000円</b>	火～金 9:30～22:00 土 10:00～20:00 日・祝 10:00～19:00

日割計算にて入会即日ご利用できます。(※一部の会員区分を除く) ※表示価格はすべて税別価格となります。

## フィットネス



多彩なラインナップのマシニングエリア。  
更に有酸素マシンには1台毎にテレビも完備。

## スタジオ



癒し系から楽しいエアロビクスまで、  
身体の喜ぶ様々なエクササイズをご用意いたしております!

## アクア



水中歩行など、リハビリからトレーニングまで  
多目的に使えるセラピーゾーンがございます。

## リラクゼーション



広々とした空間で、ゆったりした時間をお楽しみ頂けます。

## サーキットトレーニング



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大人気です!!  
30分でカラダが変わる!  
是非実感してください。

### 健康のためのトレーニング 《運動すると効果が期待できる4カ条》

- ①『生活面実感』筋トレは年齢に関係なく、生活の活動量がアップ!
- ②『快眠』運動後は頭がすっきりし、身体が疲労する!
- ③『体調良好』脳疲労(ストレス軽減)と血液循環促進!
- ④『前向き度アップ』歪み改善・思考力アップ!

### 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。

### 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。

### 癒しのスパ!

露天風呂がおすすめです!季節によって変化する癒しの緑花と露天風呂では珍しい大型テレビを設置しております。ぜひ、この心地よい空間で運動後の疲れを癒してください!

### 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大人気です!!  
30分でカラダが変わる!  
是非実感してください。

# 無料体験実施中!!

※体験はお一人様1回 新規の方のみとなります。

## スパ&スポーツ ユア-我孫子

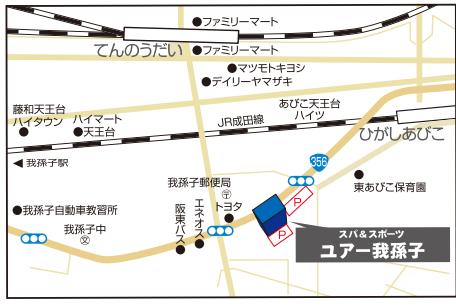
我孫子市東我孫子 2-17-3

TEL.04-7183-0505(代)

ご見学はお気軽に

お申し込み・お問い合わせは

【営業時間】 月 15:00～19:30(子供スクールのみ) / 火～金 8:00～23:00 / 土 9:00～21:00 / 日・祝 9:00～20:00  
 【入会手続き受付時間】 月 15:30～18:30 / 火～金 9:00～21:30 / 土 10:00～19:30 / 日・祝 9:30～19:00



入会手続きに必要な物 途中入会も日割りで今すぐスタートOK!

- ① 入会登録料 3,000円(税別)
- ② 月会費1ヶ月分(お手続き日によって異なる場合がございます)
- ③ 月会費の自動振替の準備として 各金融機関の通帳・キャッシュカード(口座番号のわかるもの)とお届け印
- ④ 身分証明書となるもの  
(運転免許証・パスポート・健康保険証・年金手帳・印鑑証明・住民票の写し・外国人登録証明書)

※月会費は“オリコカード”により引き落としとなりますので、ご入会時にカードをお申し込み頂きます。

※18歳未満の方は、保護者の方にカードを作成頂くことになります。保護者の方をご来館ください。

※子供スクール以外は一部、会費年一括払いもご用意。

※入会時のお支払いは各種クレジットカードでも可能です。