

大人の習い事

HSR wellness  
金町スイミングクラブ



むずかしい事は考えない!

思い立ったら即行動!

# 流水トレーニングクラス



おためし水泳教室(顔は水につけない)



## 参加者募集中!!



負担のかかる陸上で一生懸命 **や** を

しなくても流水マシンの流れの抵抗を利用して気軽に  
体幹・足・腰…等を鍛えるクラスです。また流水マシン  
から出る超音波を浴びながら運動を行う事で血流が良くない  
体温が上昇し内臓脂肪減～体脂肪減の期待もできます!

日時：6月8日・15日・22日 水曜日 全3回

PM2:00~2:45

対象：18歳以上の方

定員：先着 10名

参加費：通常 3,240円 **チラシ持参で 2,700円(540円引き)**

指導員：伝説の!! 晴山コー子 鎌田コー子 他

申込み方法：2Fフロントにてお申込みください。20歳未満の方がご利用の場合  
保護者の方の同意書が必要となります。

キャンセル：開始日3日前より1,080円、当日以降の場合は全額負担となります。

お問い合わせ:フィットネスクラブ金町 ☎ 03-3600-3812



大人の習い事

# 流水トレーニングクラス

HSO wellness  
金町スイミングクラブ

＜ プールレッスンですが顔は水につけけません ＞

7月度より流水マシンの流れの抵抗を利用して気軽に体幹・足・腰等を鍛える「流水トレーニングクラス」を開講いたします。  
流水マシンから出る超音波を浴びながら運動を行う事で血流が良くなり、体温が上昇するため内臓脂肪減～体脂肪減の期待もできます！



◆曜日：水曜日 月4回  
◆時間：pm2:00～2:45  
◆月会費：5,184円(税込)  
◆対象：18才以上の方



今だけ！

3大特典 キャンペーン

特典 1

入会金  
5,400円 **0**円

特典 2

月会費  
1ヵ月 **0**円

特典 3

レンタル  
タオル2ヵ月 **0**円

※最低在籍期間3ヵ月とさせていただきます。期間中に退会をされる場合は 月会費1ヵ月分とレンタルタオル2ヵ月分の料金をお支払いいただきます。

## 新規入会手続き時にご用意いただくもの

~~入会金  
5,400円~~

+

事務手数料  
3,240円

+

月会費  
1ヵ月分  
5,184円

+

金融機関  
通帳  
+ 届出印

+

ご本人確認  
証明書

- 届出印のほかに、お認印が必要です。銀行印と分けてご押印いただくこともできます。
- ご入会時に(株)アプラス立替払委託契約の手続きが必要になります。
- 引き落とし金融機関は、18歳以上(高校生除く)の方の口座が対象となります。
- 18歳未満の入会者(高校生含む)の場合、親権者の方に申込書をご記入いただきます。  
なお、未成年者の入会には親権者による同意欄の記入が必要となります。

## クラス追加の場合の特典

- ①1ヵ月会費0円 さらに★各教室の月会費から1,080円引きとなります★
- ②レンタルタオル2ヵ月間0円