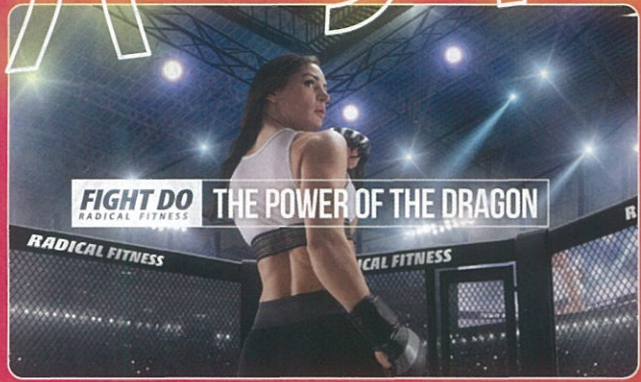
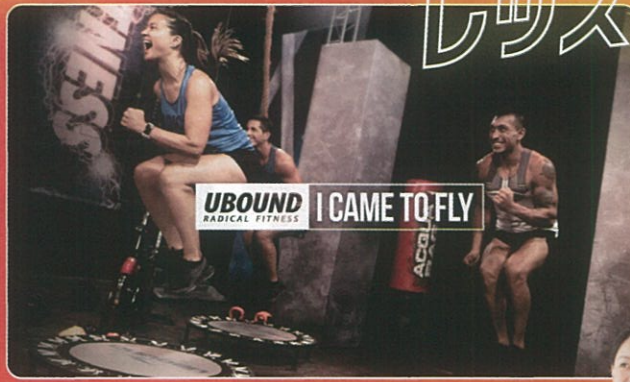


# 秋トレにオススメ! 運動初心者でも気軽に参加できる バーチャルスタジオレッスンスン! レッスン数月間230本



**FIGHT DO ファイトドゥ**  
キックボクシング・ムエタイ・マーシャルアーツ  
(東洋武術)の動きを取り入れたプログラム



**UBOUND ユーバウンド**  
ミニトランポリンを使用する高強度ながら  
関節への負担が少ない有酸素系プログラム

- バーチャル  
スタジオの特徴**
- ☑ 途中参加・退場OK
  - ☑ 誰かと比較しない
  - ☑ 間違えてもいい



**MEGADANZ メガダンス**  
世界のあらゆるダンスジャンルを楽しむことができるプログラム



**RADICAL YOGA ラディカル ヨガ**  
心地よいシンプルなヨガの動作で心身を整えるプログラム

バーチャルで  
世界の優れた  
レッスンを体感!

## ジム・プールが使い放題!人気のヨガやダンスプログラムで楽しく秋トレ!



# 子ども水泳教室

プールで元気なカラダを作ろう!

**対象** 満4歳から中学3年生まで級ごとにクラスを分けて実施しています。

**参加費** 各クラス 月4回 **4,070円** (税込)

**必要なもの** 水着、水泳帽子、ゴーグル、タオル (すべて指定のものはありません)

会員証は参加第1日目にお渡しします。  
※レンタルは行っておりませんので当日までに準備ください。

**タイムスケジュール**

水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			10:30~ A[満4歳~10級] 11:40~ B[小1(新規)~5級] 12:50~ C[6級~SP]	10:00~ A[満4歳~10級] 11:10~ B[小1(新規)~5級] 12:20~ C[6級~SP]
15:40~ A[満4歳~10級] 16:50~ B[小1(新規)~5級] 18:00~ C[6級~SP]	15:40~ A[満4歳~10級] 16:50~ B[小1(新規)~5級] 18:00~ C[6級~SP]	15:40~ A[満4歳~10級] 16:50~ B[小1(新規)~5級] 18:00~ C[6級~SP]		

※Aクラスはご継続のお子様限り小学生も対象となります。

体幹トレーニングを目的とした運動ツール  
**ICAROS**  
イカロス

**体験会実施!**  
10/1(土)~7(金)まで

●詳しくは電話にてお問合せください

**料金表 (税込)**

	定期利用 (町内・大淀町住民登録者)	定期利用 (町外)
1ヶ月	5,020円	5,390円
6ヶ月	27,230円	29,690円
12ヶ月	50,280円	53,980円

一時利用 (2時間)		回数券11枚綴り (2時間)	
大人	860円	大人	8,600円
子ども	430円	子ども	4,300円