

# あなたは ジム・スタジオ派? Gym・Studio Exercise

- \*初心者でもイチからスタートできる!
- \*いつでもスタッフが常駐、トレーニングマシンの使用法のレクチャーなど手厚!
- \*トレーニングメニューの作成はいつでも無料!
- \*けがや持病をお持ちの方のニーズに合わせたメニューもご提案!
- \*痩身、ボディメイク、健康増進など目的に応じたメニューを!
- \*テクノジムの最新マシンが勢ぞろい!
- \*ヨガ、ハワイアンフラ、各種エアロビクスなどのスタジオレッスンを追加料金なしで利用可能!



# あなたは? プール派? Pool Exercise

和気あいあいと楽しいレッスン。  
初心者クラスから上級クラスまで分かれているので、個人に合わせた細やかなメニューで上達を目指します。

水中ウォーキング・アクアビクス  
水の中では浮力が働くので、陸上にいるときよりもひざや腰への負担が少なく、体への負担が軽くなります。



会員種別  
料金はこちら!



# 春の入会 キャンペーン

5/31(水)まで

きっと満足! プールもジム・スタジオも安心と充実の施設!

期間中にご入会で 初月月会費  
2カ月 ▶ ¥0



## 千里丘スポーツプラザ

SENRIOKA SPORTS PLAZA

〒565-0823 大阪府吹田市山田南8-21

## TEL 06-6877-2655

情報は携帯からゲット!

千里丘スポーツプラザ

