

気になる教室が **ワンコイン** で体験できる！

# 運動教室体験会開催！！



開催期間: 1/5(月)~3/28(土)

お年玉

入会キャンペーン

同時開催！

0円

★スペシャル特典★

1月入会1月スタートの方は…

月額指導料2ヶ月分

★通常特典★

2~3月入会2~3月スタートの方は…

月額指導料1ヶ月分

半額



運動教室体験会の詳細は裏面をご覧ください

※スペシャル特典は10ヶ月以上継続して  
在籍される方かつ**1月**度登録の方が対象  
※通常特典は6ヶ月以上継続して  
在籍される方かつ**2・3月**度登録の方が対象  
※別途、登録料・サーチャージが必要です  
※既に会員登録している方は対象外です

公益財団法人体力づくり指導協会

ヘルスSI<sup>®</sup> 塩尻

『当法人の個人情報保護方針に基づき個人情報を正確かつ安全に取り扱うことに努めます』

塩尻市大門1番町1-1  
TEL.0263-54-3939  
[www.tairyoku.or.jp/](http://www.tairyoku.or.jp/)

S-2512HP-0051

【入会キャンペーンの申込方法】

以下のものをご用意のうえ、施設受付にてお手続きください

- 費用(登録料、月額指導料、サーチャージ)
- 指定用品代
- 金融機関届出書(引落口座のお届け印捺印)

# 運動教室体験会

500円  
体験

ヘルスパ塩房で開催している運動教室を1回500円で体験できます！  
お子さまの習い事に迷っている方、運動習慣をつけたい方にオススメです♪

お子さま対象

## 幼児学童水泳教室



水泳は最も優れた全身運動。全身の筋肉をまんべんなく動かして丈夫なカラダづくりを目指します。

※体験は1回まで

## 成人・婦人水泳教室



16歳以上を対象に水中運動をおこない、生活習慣病予防や改善健康増進を目指す。ストレス解消や疲労回復にも大いに役立ちます。

※体験は1回まで

成人対象

## ベビー水泳教室



生後6ヶ月以上の赤ちゃんとその保護者を対象にした親と子どものスキンシップをはかる水中運動教室です。

※体験は1回まで

## スタジオ教室



ZUNBA GOLD、ピラティス、健康ヨガ、スポーツボイスと多彩な講師による運動プログラムがあります。ご希望の教室を選択し、自分のペースで楽に楽しく運動できます。

※各講座1回まで

## キッズたいそう教室



学校体育でおこなうマット、とび箱、鉄棒運動などを中心にカラダづくりと運動能力育成を目指します。

※体験は1回まで

## シニア運動教室



健康寿命の延伸を目標に仲間と楽しく運動しましょう。スタジオとプールのそれぞれから選べます。

※スタジオ・プールで各1回まで

教室  
情報

3ヶ月講習会開催中!!!

温水プールでエクササイズ♪  
冬の寒さを吹き飛ばしましよう！



## アクアエクササイズ

アクアエクササイズは水の4大特性を利用して運動することでカラダ全身に効果があります。顔を水につけることはないので、水嫌いな方でも安心してご参加いただけます。

### 受講料金

1回:1,000円  
1ヶ月:3,300円  
3ヶ月:8,800円

### Information

イベント情報の  
詳細をご覧ください



上記QRコードを  
読み込んでください

### 体験会申込方法

体験料をご用意のうえ、受講日前日までに施設受付にてお申し込みください。  
※お子さま対象教室の一部に体験がご利用いただけない日程がございます。申し込み時にご相談ください。

- ◆開催期間: 1/5(月)~3/28(土)  
※上記期間内の祝日は教室休講です
- ◆施設休館日: 水曜日
- ◆体験会参加は年度で1回です
- ◆体験回数は各教室で上限があります

## アクアエクササイズ講習会について

施設会員ではなくても、お申込みできますので、この機会に運動始めてみましょう！

■お申込みに必要なもの: 受講料 ※講習会、申し込み期間、申し込み回数によって異なります

※申し込みはWebからとなります。申し込み完了後、1週間以内に受講料を窓口にてお支払いください。

※キャンセル料:次のキャンセル料をお支払いいただくことで申込みをキャンセルできます。企画開始3日前~前日受講料の半額、企画開始当日以降受講料全額

お申込みはこちら

