

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**：2026年4/2(木)～2027年3/28(日)



運動教室体験会の詳細は裏面をご覧ください



公益財団法人体力づくり指導協会

# ニルスイ°塩尻

塩尻市大門一番町 1-1  
TEL.0263-54-3939  
www.tairyoku.or.jp/

『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』

# 運動教室体験会



500円  
体験

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

教室  
情報

新教室開催中!!!

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

## 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子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

## 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



温水プールなので年中通えます！  
冬の寒さも吹き飛ばしましょう！

## アクアエアロ

アクアエアロは水の中で楽に有酸素運動ができる教室です。顔を水につけることはないの、水嫌いな方でも安心してご参加いただけます。

成人対象

## 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します。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

## 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、自分のペースで楽しく運動できます。  
※各講座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

## 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ません。申し込み時にご相談ください。

- ◆開催期間：4/2(木)～3/28(日)  
※上記期間内の祝日は教室休講です
- ◆施設休館日：水曜日
- ◆体験回数は各教室それぞれ1回までです

# 紹介キャンペーン開催中!!!

お友達がお入会いただくと、ご紹介者(会員)様・ご入会者様それぞれに  
クオカード1000円分プレゼント!

※ご紹介者様は施設会員もしくは子ども教室受講者が対象となります。詳しくは受付(フロント)にてご確認ください

