

# 新春 キャンペーン

十日町体力づくり支援センターの  
新しい年の新しいスタート応援企画

## 1月限定

(キャンペーン期間:1月4日~1月31日)

### ★スペシャル特典★

1月中の施設利用  
または教室受講開始の方は…

月額指導料 2ヶ月分

2026/1/4(日)~31(土)までに  
入会キャンペーンの申込方法にてお手続きください

0 円

### ★通常特典★

2月から施設利用  
または教室受講開始の方は…

月額指導料 1ヶ月分 0 円

※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5ヶ月以上継続して  
在籍される方かつ2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



公益財団法人体力つくり指導協会 十日町市馬場丙 1495-8 [www.tairyoku.or.jp/](http://www.tairyoku.or.jp/)  
十日町体力づくり支援センター TEL.025-758-3343

営業時間:平日・土曜 10:00~21:00/日曜・祝日 10:00~15:00 施設休館:水曜、祝日 ※2025/12/29(月)~2026/1/3(土)は年末年始のため休館いたします

#### 【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)

T-2601NP-0061



# 運動教室体験会

500円  
体験

お子さま対象

開催期間

大人: ~3月 28 日まで

子ども: 2月 1 日 ~

3月 28 日まで



十日町体力づくり支援センター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♪

教室  
情報

3ヶ月講習会開催中!!!

## 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

## 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



## アクアトレーニング教室



会員でなくてもご参加できます！  
新しい年、始めてみませんか。申込方法は受付窓口へお尋ねください。

## 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

## スタジオ教室



パワーヨガ、ボディシェイプ、ルーシーダットン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回で最大3教室まで

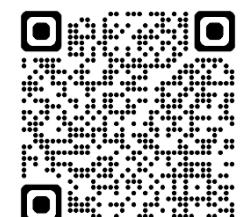
## シニア運動教室



健康寿命の延伸を目指す運動を目標に仲間と一緒に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

教室時間割は下記 QR コードからご覧いただけます



上記 QR コードを読み込んでください

## イベント情報

体験ご希望の方は、施設受付もしくはお電話でお申込みください

※お子さま期間: 2~3月 21 日  
(除外日あり。お問合せください)

※成人期間: 1/4(日)~3/28(土)

※体験回数は各教室で上限があります

※体験会参加は年度で1回です

※施設休館日: 水曜日

イベント情報は、下記の QR コードからご覧ください

## ■各種運動講習会情報 ■

各種講習会に関する情報は QR コードからご確認できます

### 運動講習会について

対象にあった講習会にご参加できます。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：各受講料 ※講習会、申し込み期間、申し込み回数によって異なります  
※施設受付にてお申込みください  
※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。企画開始当日以降受講料全額

