

成人のコース

2019年10月1日改正

コース	回数	時間帯	月会費
歩いて健康 + フリーデイ	週3	(月・水・金) 14:30~15:00	5,830円 (5,300円+税530円)
水中運動 + フリーデイ	週3	(月・水・金) 14:15~15:00	6,160円 (5,600円+税560円)
アクアビクス + フリーデイ	週2	(火・木) 12:15~13:00	6,820円 (6,200円+税620円)
ヘルシー (60歳以上) + フリーデイ	週2	(月・金) 11:00~12:00	8,250円 (7,500円+税750円)
デイ 成人 + フリーデイ	週2	(火・金) 13:15~14:00	6,820円 (6,200円+税620円)
レディース + フリーデイ	週3	(火・木) 10:45~12:00 (土) 12:45~14:00 前半15分トレーニング室で準備体操	9,130円 (8,300円+税830円)

*上記コースを選択の方は、下記時間内のフリーコースをご利用頂けます。

+フリーデイ (月~金)10:30~14:30 (土)12:30~14:30

アクアビクスセット	週2	歩いて健康・水中運動・ヘルシー デイ成人・レディースにご入会の方で、 アクアビクスも受講される方	月会費 + 1,100円 (1,000円+税100円)
-----------	----	--	--------------------------------

成人ナイト + フリーナイト	週3	(月・木) 20:00~21:00 (土) 19:30~20:30	8,030円 (7,300円+税730円)
-------------------	----	--------------------------------------	-----------------------

*成人ナイトを選択の方は、下記時間内のフリーコースをご利用頂けます。

+フリーナイト (月・木)18:30~21:00 (火・金・土)19:00~20:30 (水)20:00~20:30

フリーコース (フリーコースのみのご利用)	自由 出席	(月~金) 10:30~14:30 (土) 12:30~14:30	6,380円 (5,800円+税580円)
		(月・木) 18:30~21:00 (火・金・土) 19:00~20:30 (水) 20:00~20:30	