

A HAPPY NEW BODY!!

新しい年。新しい自分。

冬 ダイエットが
効果的!!

クラブ
見学
受付中!

カラダ改革

新しい年の始まりは、新しい自分をつくるチャンス!! さあ、今すぐ始めよう!!

スタート!

朝日スポーツクラブ[BIG-S 綱島]に
近接するNTT綱島ビル1Fに
2018年4月新規開校!!
ASHIKIDS
**アフター
スクール**
supported by ウィズダムアカデミー
港北綱島校
詳しくはお問い合わせください。
ウィズダムコールセンター
TEL. 03-6914-0581

2018 新春入会
キャンペーン!!

1/31 [水] 締切り

※6ヵ月未満で退会された場合は、正規料金との差額を頂戴いたします。
※過去3ヵ月以内に退会された方は、キャンペーン対象外となります。

特典1

入会
登録金 **0** 円
通常2,857円(税抜)

特典2

クオカード
1,000円分
プレゼント!

特典3

福箱
プレゼント!

何が入ってるかは楽しみ!!

2週間の期間内で5回体験できます!

体験参加費
5回体験 980 円

ご入会后、体験参加費
キャッシュバック!!

★ご希望の体験日の前日までに、
WEBにてご予約ください。
※元会員、過去に体験いただいた方は
ご利用できません。



朝日スポーツクラブ[BIG-S 綱島]

TEL.045-533-2740

神奈川県横浜市
港北区樽町2-6-40

無料駐車場
370台

フィットネスが初めての方でも安心!

理想のカラダを手に入れるため、無料でアドバイスします!

★美脚

今年こそ美脚を手に入れよう!

★美しくびれ

ぽっこりお腹解消!

★美尻

キュッと引き締まったヒップラインに!

★二の腕スッキリ

姿勢を整えることで、二の腕スッキリ!

★細マッチョ

引き締まったカラダを目指すプログラム!

男性メニューも
あります!

いまメディアや雑誌で話題のプログラム

“美コア”

新登場!

食事×運動の総合レッスンで独自の
体温上昇/日常生活改善プログラム

2つの呼吸法で体幹にアプローチしながら、
ストレスの溜まりにくい身体、全身の骨格矯正と
理想のボディーラインを作ります。

BICORE
Powered by Reebok

美コアを
動画で
チェック!

美コア/スケジュール

★月曜日…19:20～

★水曜日…19:30～

★日曜日…10:15～

“5く5くスタートシステム”で 月の途中からでも、いつでもお好きな日から無駄なく、お得に始められます!!

会員種別	通常月会費	11～20日利用開始	21日利用開始	ご利用時間	
レギュラー会員	お好きなときにフィットネス!	¥10,000	¥6,666	¥3,809	全営業日フルタイム
ナイトプラス会員	平日と土曜の夜!	¥6,476			平日 20:00～23:00 土 15:00～21:00
ファミリー会員 (2名)	家族で入ればこんなにお得!	1名あたり ¥8,714	1名あたり ¥6,190	1名あたり ¥3,333	全営業日フルタイム
デイトタイム会員	昼間の時間を有効利用!	¥7,428	¥5,238	¥2,857	平日/土 9:30～18:00 祝日 9:30～19:00
アクア・リラクゼーション会員	プールとリラクゼーション	¥7,619	¥5,714	¥2,857	プール&リラクゼーションのみ 全営業日フルタイム
リフレッシュ60会員	満60歳以上の方対象	¥6,190	¥4,285	¥2,380	60歳以上の方 平日(祝日除く)9:30～17:00

ご入会手続きに
必要なもの

- 入会登録金 ¥2,857 ※現金支払い
- 月会費2ヵ月分 ※現金支払い
- 金融機関通帳 及び届出印鑑
- 本人確認書類 ※運転免許証など

●表示金額は全て消費税抜きの金額となっております。
消費税は別途8%申し受けます。

冬の3回 体験教室

1月または2月の
通常レッスンを
3回体験できます!

参加費 3,000円 (税別)

★1回体験も同時開催! ※詳しくはホームページをご覧ください。

●お申し込みはWebで! ご予約後1週間以内に直接クラブでお手続きください。
■キャンセル…体験日の3日前までは全額返金いたします。それ以降は返金いたしかねますので、予めご了承ください。

体験最終日までに
ご入会の場合

特典1 入会登録金 0円 (通常2,857円)

特典2 体験参加費 キャッシュバック!!

特典3 指定用品 プレゼント!!

★スイミング ★特選 ★ヘビ
★水着 ★タオル ★水着用ヘルパ
★バック ★バグ ★その他、バグ

体験のweb予約は
こちらから

見学
いつでも
受付中!

ジュニアスイミングスクール

Junior Swimming School

コース	時間	曜日
A 3歳児～幼稚園児	10:15～11:30 13:15～14:30 14:15～15:30	日 土 水・金
B 3歳児～中学生	11:15～12:30 14:15～15:30 15:15～16:30	日 土 月～金
C 4歳児～中学生	15:15～16:30 16:15～17:30	土 月～金
D 4歳児～中学生	17:15～18:30	土 月～金
J 4歳児～中学生	9:00～10:15 9:15～10:30	土 日

◆本科月会費 [週1回] ¥6,600・[週2回] ¥8,600
[指定用品]水着・帽子・スクールバッグ

朝日スポーツクラブ [BIG-S 綱島] のスイミングが選ばれる理由

まずは、25m泳げるようにきちんとサポート!
目標は1年で25m完泳!
25mを泳ぎ切った日を
記念日として大切にします!
★完泳できたら25m完泳バッジプレゼント!

陸トレで上達度UP!
泳いでいない時にも、
体幹を鍛える
陸上トレーニングを
取り入れることで
早く、確実に上達できます!

楽しくレベルアップ!
練習中でも目標をクリアした時点で、
次の級へステップアップ!!
目標をクリアして、
レベルアップ
カードを集めよう!

小さな「てんとう虫」が自信に変わる!!

体操スクール
Gymnastic School

体幹を鍛え
姿勢を直す
カリキュラム!

姿勢を直すことで
あらゆるスポーツに
効果的な体幹力
バランス力、集中力を
養います!

コース	対象	時間	曜日
幼児	3歳～幼児	15:20～16:20	火・水・木
児童A	5歳児～中学生	16:30～17:30	火・水・木
児童B	5歳児～中学生	17:40～18:40	火・水・木
児童C	5歳児～中学生	9:30～10:30	土

●本科月会費 (週1回) ¥6,600円 (税別)
[指定用品] Tシャツ・ハーフパンツ・スクールバッグ・シューズ

赤ちゃんのためのアクアクラブ

Aqua Baby Club

赤ちゃんといっしょに
泳ぐ楽しさ!

ベビーも25m完泳にチャレンジ!
1年間で約50名のお子様が
完泳に成功しています!

曜日	時間	対象
月・水・金	10:00～11:00	保護者同伴の 生後6か月～2歳児
土	11:45～12:45	

◆本科月会費 [週1回] ¥6,000 (税別)
[週3回フリー] ¥8,100 (税別)
※土曜除く

正道空手教室

Seido Karate School

「強く」「やさしく」
「礼儀正しく」
心身を鍛えます。

協力: 正道会館

曜日	時間	対象
木	17:45～18:45	5歳児～中学生

◆本科月会費 ¥7,100 (税別)
[指定用品] 道衣、サポーターセット、スクールバッグ

のびのびダンス

キンダーダンス

園児のための
ダンスクラス!

曜日	時間	対象
水	15:30～16:15	年少～年長

◆本科月会費 ¥5,463 (税別)
[指定用品] スクールバッグ

朝日スポーツクラブ [BIG-S 綱島]

TEL.045-533-2740

〒222-0001 神奈川県横浜市港北区樽町2-6-40

営業時間

平日 9:30～23:00
土曜日 9:30～21:00
日・祝 9:30～20:00

定休日

火曜日
※ASAHI KIDSのみ営業
※年末年始、その他お盆、
メンテナンス休館

無料駐車場
370台

※共用駐車場

朝日スポーツクラブ [BIG-S 綱島]

ボウリングのピンが目印です!

●会員証作成のため、お申込み時にご本人様の顔写真を撮影いたします (持参可)。●ファミリー会員は、同居されているご親族の方に限らせていただきます。
●ご入会時にご本人・ご住所などの確認のため、公的な本人確認書類のご提示をお願いしております。

経営: 朝日新聞社 / 運営: ザ・ビッグスポーツ