

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!

1月3日(水)より  
営業開始!

2018  
新春入会  
キャンペーン!!

先着  
50名様  
限定

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

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!



特典4

水素水1ヵ月  
無料飲み放題!  
+水素水専用ボトル1本プレゼント!



手ぶらで体験! ★ウェア・シューズ・タオルを  
無料で1日レンタル!

体験参加費  
1回体験 500 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、  
お電話またはWEBにてご予約ください。  
※お一人様1回限り



朝日スポーツクラブ [BIG-S 南浦和]

TEL.048-836-3978

南浦和駅から  
徒歩7分

無料駐車場  
135台

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。

美コアを  
動画で  
チェック!



美コア/スケジュール  
★木曜日…20:30～  
★日曜日…16:15～

BICORE<sup>®</sup>  
Powered by Reebok

## 施設も充実! 寒い冬でも快適にエクササイズ!!

クラブ  
見学  
受付中!

### GYM マシン充実!



筋力アップで代謝を高めて  
効率よく、効果的に脂肪燃焼!

### STUDIO ゆったり2つのスタジオ!



目的や体力に合わせて楽しめる  
話題のエクササイズいろいろ!

### POOL 冬こそプールでシェイプアップ!



温水プールだから冬でも快適!  
プールエクササイズも盛り沢山!

### RELAX 疲れやコリは早めに解消!



運動後はのんびりリラックス!  
次の日に疲れを残さない!

## “らくら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                          |
|-------------|---------|------------|---------|--------------------------------|
| リフレッシュ60会員  | ¥6,190  | ¥4,285     | ¥2,380  | 60歳以上の方対象<br>平日 9:00～17:00     |
| デイトタイム会員    | ¥6,952  | ¥4,761     | ¥2,857  | 平日・土 9:00～17:00                |
| ファミリー会員(2名) | ¥8,476  | ¥5,952     | ¥3,333  | 全営業日フルタイム                      |
| アフター5会員     | ¥8,571  | ¥6,190     | ¥3,333  | 平日17:00～23:00<br>土 17:00～22:00 |
| レギュラー会員     | ¥10,000 | ¥6,666     | ¥3,809  | 全営業日フルタイム                      |
| エリア会員       | ¥12,000 | ¥8,400     | ¥4,800  | 全営業日フルタイム                      |

●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。

●会員登録のため、お申し込み時にご本人様の顔写真を撮影いたします(持参可)。●入会資格は16歳以上です。(18歳未満の方は保護者の同意が必要です)。●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:サ・ビッグスポーツ

大好評! **手ぶらパック**  
月会費プラス2,593円で、  
ご利用時に下記のアイテムを  
全てレンタルできます!

★Tシャツ  
★ハーフパンツ  
★シューズ ★水着  
★スイミングキャップ  
★バスタオル  
★フェイスタオル

ご入会手続きに必要なもの

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

# 冬の1回 体験教室

1月または2月の  
通常レッスンを  
1回体験できます!

参加費  
**500円**(税抜)

●Web・電話予約OK! 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…教室開始日の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。

※体験が初めての方に限ります。  
※カレンダー赤色の部分に体験できます。  
※お一人様1回限り

●1月体験日

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |    |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

●2月体験日

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 |    |    |    |

体験後3日以内に  
ご入会の場合

特典1 入会  
登録金 **0円**  
通常2,857円 →

特典2 スクールバッグ  
プレゼント!!

体験のweb予約は  
こちらから

体験当日にご入会の場合

特典3 体験参加費  
キャッシュ  
バック!

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

文部科学省認可  
全国  
共通  
泳力認定  
朝日スポーツクラブ [BIG-S南浦和] 日本スイミングクラブ協会

朝日スポーツクラブ [BIG-S南浦和] で  
「泳力認定」を実施中!

| コース | 対 象       | 時 間         | 曜 日 |
|-----|-----------|-------------|-----|
| A   | 3歳児～小学3年生 | 15:15～16:30 |     |
| B   | 3歳児～小学6年生 | 16:15～17:30 | 月～土 |
| C   | 3歳児～小学6年生 | 17:15～18:30 |     |

●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

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  
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!

### 体育スクール Gymnastic School

小さな  
「てなご」が  
自信にも!!

学校体育に  
自信もてる!

体幹を鍛え  
姿勢を良くする  
カリキュラム!  
姿勢改善で身体能力UP!  
姿勢を改善することで  
あらゆるスポーツに  
関係する体幹力と  
バランス力、集中力を  
養います!

| コース | 対 象         | 時 間         | 曜 日   |
|-----|-------------|-------------|-------|
| 幼児  | 4歳児～6歳児     | 15:30～16:20 |       |
| 児童A | 5歳児～小学6年生   | 16:30～17:30 | 火・水・木 |
| 児童B | 6歳児～小学6年生   | 17:40～18:40 |       |
| 児童C | 小学1年生～小学6年生 | 16:00～17:00 | 土     |

●本科月会費 [週1回] ¥6,600円  
[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

1月または2月の  
通常レッスンを  
1回体験できます!

参加費 **500円**(税抜)

●1月体験日

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

●2月体験日

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 |    |    |    |

●本科月会費・[週1回] ¥6,000  
・[週3回フリー] ¥8,100

### 正道空手教室 Seido Karate School

「強く」「やさしく」  
「礼儀正しく」

協力:正道会館

| 対 象       | 曜 日 | 時 間         |
|-----------|-----|-------------|
| 5歳児～小学6年生 | 木   | 17:50～18:50 |

●本科月会費・[週1回] ¥7,100円  
[指定用品] 道衣、サポーターセット、スクールバッグ

## 朝日スポーツクラブ [BIG-S 南浦和]

TEL.048-836-3978

〒336-0025 埼玉県さいたま市南区文蔵1-8-1

営業  
時間  
平 日 9:00～23:00  
土曜日 9:00～22:00  
日・祝 9:00～19:00

定休日  
月曜日  
※月曜日が祝日の場合は営業いたします。  
※ASAHI KIDSのみ営業  
※年末年始、その他お盆、メンテナンス休館

敷地内  
無料駐車場  
**135台**  
何時間利用してもOK!



南浦和駅から徒歩7分