



サンラザフィットネスクラブ ウィンズ 栃木には魅力がたくさん!



6つのポイント

- 1 個別カウンセリング**
パーソナルトレーナーがお客様のライフスタイルをヒアリングします。
- 2 栄養学、体内検査の徹底**
栄養士の指導のもと、お客様の体質に合わせた食事指導を行います。
- 3 姿勢の指導**
姿勢が悪いと健康が損なわれます。正しい姿勢の指導を行います。
- 4 運動処方メニューの作成**
お客様の体質や目的に合わせて、最適な運動メニューを作成します。
- 5 ストレッチ、トレーニング**
パーソナルトレーナーが、お客様の体質や目的に合わせて、最適なストレッチやトレーニングを行います。
- 6 可食カウンセリング**
お客様のライフスタイルに合わせて、最適な食事メニューを作成します。



様々な会員種のお悩みにお応えできるよう、以下の資格を保有したトレーナーが活躍しております。

- 栄養士
- 日本ボディビル協会公認パーソナルトレーナー
- アンチエイジングアドバイザー
- 専任パーソナルトレーナー
- ボディメイクインストラクター
- 専任パーソナルトレーナー
- トレーニングメニュー作成アドバイザー
- ボディメイクインストラクター

会員の声

男の人達から
敬愛されるように
なりたいです!

スロウペースで
運動が出来るので
続けられています。
スタッフのサポート
が素晴らしいです。

女性の声

楽しく運動して
ストレスを
解消しています!

運動が出来るので
ストレスが軽減され
ます。スタッフの
サポートが素晴らしい
です。

子供の声

運動が出来るので
ストレスが軽減され
ます。スタッフの
サポートが素晴らしい
です。

この夏 オススメプログラム!

- ヨガ
- ピラティス
- アクアビクス

◆ ウィンズは会員のニーズが豊富なため、お好みのプログラムが豊富にあります!

★ダイヤモンド会員 11,124円	★超人正会員 8,964円	★フィットネス会員 6,804円	★個人スイミング 5,724円
★マイ会員 5,724円	★日会費 4,644円	★個人フリーコース 6,804円	★アクアビクスチケット 10,800円

★ベア会員 月会費が、各6日15%OFF

夏の短期水泳教室 受講生募集! 幼児(3歳)~小学6年生

受付開始: 6月17日(日) AM9:30より

4,300円 早期割引価格

ウィンズ会員・家族会員 兄弟2人目から 3,900円

ウィンズ栃木の水泳教室はここがポイント!

- Point 1 水が苦手なお子様も、楽しく泳ぎ出せる指導内容。
- Point 2 楽しく、楽しく、泳ぎが出来るようになるまでクラス分け。
- Point 3 4日間、75分の授業と泳ぎの練習力アップ!

日時

1期	2期	3期
7月 23日 24日 25日 26日	8月 1日 2日 3日 4日	8月 20日 21日 22日 23日
8:30~9:45(1回75分)	8:30~9:45(1回75分)	8:30~9:45(1回75分)

対象 幼児(3歳児より)~小学6年生

時間	クラス	対象	目標レベル	1期定員	2期定員	3期定員
8:30	A	幼児	水遊びを中心に楽しく水慣れ	20名	20名	20名
	B	幼児	泳ぎ、浮き身を中心に水慣れ、水泳の基礎をマスター	20名	20名	20名
9:45	C	小学生	基礎となるバタ足の泳ぎと背泳ぎキック	15名	15名	15名
	D	小学生	泳がぶりクロールから泳ぎのキック・背泳ぎキック	15名	15名	15名

最大 入会特典

入会金5,400円 + スクール指定用品 [水着・バック] プレゼント

12,000円相当がお得となります!

水泳教室受講後、平成30年9月末日までに入会の場合は、入会金無料となります。*他キャンペーンとの併用不可

キッズスクール ご入会一般価格

スイミング	ダンス
5,724円	4,644円

3ゲームプラン 地域1番の得々プラン

ボウリング3ゲーム + 貸しシューズ + ジュース

サンラザボウル TEL.0282-24-8053

大学生	1,620円	幼児	1,458円
高校生	1,458円	小学生	1,296円