



スタジオプログラム月200本以上



広々使えるマシンルーム

サンブラザフィットネスクラブ ウインズ栃木には 魅力がたくさん!

サウナ&シャワー設備
最先端 300台以上搭載
最先端より
最先端マシン



水泳を通して利用ができる温水プール



最新ベッドを使ったストレッチプログラム



ウインズから徒歩10分以内の専用バス

初めての方でも
私達、ウインズのトレーナーが
ここまでしっかりサポート
させていただきます!

- 1 初回カウンセリング**
専門トレーナーが運動習慣やお客様の体質をお話をヒアリングします。
- 2 筋肉量、体脂肪率の測定**
お客様の体質や体力を専用のマシンで測定します。
- 3 現状の評価**
新規も旧客に運動や生活習慣病等のお身体の将来のリスクをお伝え致します。
- 4 運動処方メニューの作成**
運動習慣やお客様の現状を照らし合わせ、現時点での最適な運動メニューの作成を致します。
- 5 ストレッチ、トレーニング**
作成した運動メニューに沿ってストレッチ、トレーニングをトレーナーがマンツーマンでご案内致します。
- 6 再カウンセリング**
運動開始から1〜2ヵ月後にもう一度体内脂肪率等を測定しフィードバックを行います。

●ウインズは会員の種類が豊富だから無駄が少なく!自分のライフスタイルに合わせた、会員種別をお選び頂けます!!

ウインズのメニューすべてをご利用可能 ★ダイヤモンド会員 月々29,800円(税別)でご利用可能 11,124円	ウインズスタジオ・プールをいつでもご利用可能 ★個人正会員 営業日なら、いつでもご利用可能 8,964円	ウインズフィットネス・プールをいつでもご利用可能 フィットネス会員 営業日なら、いつでもご利用可能 6,804円	ウインズスイミング・プールをいつでもご利用可能 成人スイミング ●レディースコース ●成人コース ●水泳ウォーキング ●障害者コース ●アクアビクス(チケット制) スイミングスクールも別途年費2,240円が必要となります。 5,724円
ウインズスタジオ・プールを平日限定でご利用可能 デイ会員 平日の朝10:00~17:00迄のご利用 5,724円	ウインズスタジオ・プールを土日限定でご利用可能 土日会員 土日のみ、ご利用したい方 4,644円	ウインズフィットネス・プールをいつでもご利用可能 成人フリーコース お子様のスクール時間は除く 6,804円	ウインズスイミング・プールをいつでもご利用可能 ジュニアスイミング ●ジュニアスイミング ●ジュニアウォーキング ●ジュニアアクアビクス スイミングスクールも別途年費2,240円が必要となります。 5,724円

●15%OFFは●日のお楽しみメニューに限り、●プールをご利用の場合は、お子様のスイミングスクールの場合はご利用頂けません。
★ベア会員 月会費が、さらに15%OFF

キッズキャンペーン:11/30迄

ウインズ栃木は、初心者でも安心して通えるキッズスクールです!

無料体験常時受付中! [要予約]

スイミング

3歳から中学生までレベルによるクラス分けで習得安心指導。水泳を通じて心身ともに鍛えます。

日本体育協会・日本水泳連盟公認の水泳教師、指導員の資格取得で安心安全指導

① 5,724円 ② 6,804円
※スイミングスクールは別途年費2,240円が必要となります。

●平日:月曜~金曜 ●土曜日のみ

幼児・学童 15:30~16:30	幼児・学童 15:00~16:00
学童 16:30~17:30	学童 16:00~17:00
上級 17:30~18:30	上級 17:00~18:00
	中高生 18:00~19:00

無料体験11月から予約受付!

中学校体育必須です!

ダンス

中学校の授業でもリズムダンスが必須になり、ダンスの習得で、リズム感を身に付けながら、カッコイイダンスを友達と一緒に覚えよう!

① 4,644円
毎週土曜日 13:00~14:00 ※5歳以上

サンブラザのキッズスクールは、お子様の「社会性や心の成長」にポイントを置き、様々なイベント活動開催に向け、積極的に取り組んでいます!

- 「春の遠征」でのイチゴ狩り、イチョウをたたくなど、お楽しみ企画を実施。毎年、大人気のイベントです!
- 12月1日のサマーキャンプでは、自然の中で体験学習や運動会を通じて、楽しい思い出を作ります。
- 「クリスマス会」では、みんなでお楽しみ会を開催し、お友達と食べるケーキもとってもおいしく、楽しい思い出を作ります。

施設無料開放10月14日

開催時間/10:00~18:00

スタジオ・マシンジム・プール・模擬店 ★お子様からご年輩の方までお気軽にご来場ください!

ジム&スタジオ 最新のマシン・最新のプログラムが揃ったスタジオです。スタジオにはダンス、格闘技のコンパニオンプログラムもご用意しております。	無料体験水泳 水泳の経験者も歓迎します。1人1,000円(税込)です。	ベアストレッチ 健康増進の為にできることにより、大きな効果が期待できます。一度お試しください。 1,500円
模擬店 ●カレー 300円 ●フランスパン 100円 ●おまんこ 100円 ●大福 60円	足つばマッサージコーナー 足つばマッサージは、この機会にぜひお試しください。お楽しみください。 1,000円	ジェルネイルラメグラーデーション ジェルネイルは、人気のあるネイルです。ぜひお試しください。 2,000円

※ご利用の際は必ず運動できる履物とシューズをご用意してください。

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

サンブラザボウル TEL.0282-24-8053

一般 通常料金/一般:2,212円・大学生:2,050円	幼児 通常料金/幼児~高校生:1,726円
大学生 お1人様 1,620円	高校生 お1人様 1,458円

追加1ゲーム:+432円

●レーンの予約状況により、ゲームの追加をお断りする場合がございます。●お断り引/無料券等の利用は出来ません。●高校生・大学生の方は学生証の提示をお願いします。●ゲームの追加はフロントまでお申し付け下さい。●靴スニーカーまでご用意いたします。●ご予約の電話での予約はできません。

栃木県下都賀郡壬生町の壬生自動車学校が運営するドローンスクール

とちぎドローンスクール

2018年9月開校

JUIDA 認定校 とちぎドローンスクール 秋田

受講生募集中!!

栃木県下都賀郡壬生町安塚1210 TEL.0282-86-3115