

春到来  
**そうだ、プール行こう!!**

# 1日無料体験開催中!

ご予約はお電話で!

他のレッスンも受けてみたいけど!  
 そんな方は2日目ご利用は  
 100円で体験できます。(2日間まで)



## プールで歩いて美しく 健康になる人増えてます!

肩・腰・膝痛がある方

筋力UPしたい方

痩せたい方

健康でいたい方

泳ぎを覚えたい方

お友達を作りたい方

ジャグジー・サウナを使いたい方

こんな方が  
 通っています!



### 体験してみよう! 人気のプールレッスン

① プールは初めて!髪が濡れたくない!



水中歩行



各種アクアダンス

② 肩・腰・膝に痛み不快感がある方



肩こり腰痛改善運動



マジックフローター

③ 筋力を付けたい方



ハイドロトーン



ダンベルアクア

④ 泳ぎを覚えたい方 (レベルにより)



水なれ水泳



中・上級水泳

### 体験してみよう! 人気のスタジオレッスン

① ダイエットしたい!身体をたくさん動かしたい!



ズンバ



リンパピクス



エアロピクス

② カルチャー系レッスン



フラダンス



ヨガ



太極拳

③ かんたんにできる健康体操



ボールストレッチ



大玉体操



ウェーブストレッチ

### NEW ナイト会員

平日(月~金)  
 18:00~22:00  
 月会費 5,800円(税別)

お仕事帰りに軽く運動!  
 サウナでスッキリ!

### NEW フリー会員

営業日・営業時間内  
 全てご利用可能  
 月会費 5,000円(税別)

フリーレーンで自由に  
 泳いだり歩いたりできます。  
 毎月レッスン  
 参加チケット3枚付き  
 (発行月内利用可)

その他、生活リズムに合わせて選べるコース設定!!  
**月会費 4,800円(税別) から選べます**

春のお得なキャンペーン!(5月末まで)

使いやすさNo.1

東金インターなら

月会費のみ

使い放題! 通い放題!

ご入会  
 特典

入会金無料 + 事務手数料無料 +  
 5,000円(税別) 2,500円(税別)

“平成最後のキャンペーンで”

**4月分の会費無料!!** (4月開始の方)

“新元号スタートキャンペーンで”

**5月分の会費無料!!** (5月開始の方)

※3か月以上在籍の方に限る。



明日の健康づくりをお手伝い、健康サポート一番店。

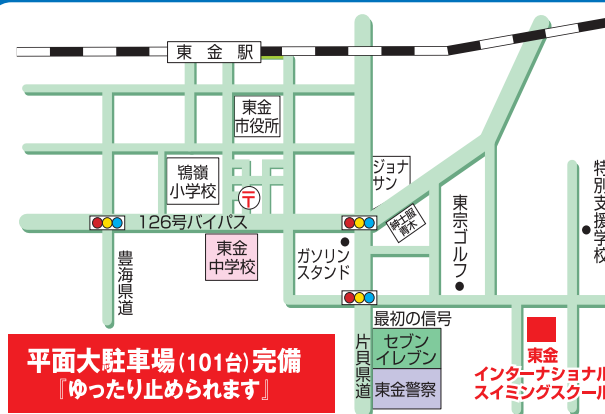
## 東金インターナショナルスイミング

〒283-0061 東金市北之幸谷264-3 【営業時間】平日 9:00~22:00 / 日・祝 9:00~18:00

このお電話ですぐにご予約できます! ☎ **0475-54-0821**

ご入会時に必要なもの ● 月会費 2か月分 ※3ヶ月目より引き落としさせていただきます ● 通帳 千葉銀行または千葉興業銀行または郵便局 ● 通帳届印 ● 子供テキスト代 (2,700円)

ホームページ ▶ [www.interswim.co.jp/togane/](http://www.interswim.co.jp/togane/) または **東金スイミング**



平面大駐車場(101台)完備  
 「ゆったり止められます」

東金  
 インターナショナル  
 スイミングスクール