

テクノジムのマシンを導入！
 会員様より使いやすい・効果が
 出ると**大好評**！

GYMマシンリニューアル

ダンベルも含めリニューアル！
 フリーウェイとゾーンも増設！



はじめての方でも安心！
 インストラクターがサポート！

新マシン導入！

NEW 背中・腕(上腕三頭筋)



NEW 胸・背中(肩の裏)



胸



背中(広背筋)



NEW 全身



他 多数リニューアル!

入会キャンペーン実施中!

初月会費 **0** 円

限定 30名

※事務手数料(5,500円)が別途必要となります。※過去3か月以内に退会された方は対象外となります。※6か月在籍可能な方が対象となり、6か月以内に退会される場合は入会時の割引分をお支払いいただけます。

ご入会時にお持ち頂くもの 身分証明可能な公的書類 金融機関お届け印・口座番号

■ご利用の際はESPOの規約を必ずお読みください。■年会費無償。■専用駐車場。■専用シャワー。■専用ラウンジ。■専用ジム。■専用受付。■専用入会料。■1日体験の方は保護者の同意が必要となります。■本クラブの会員には様々な特典があります。■石炭焼、炭火焼、炭火焼の炭焼がなく、炭焼機の利用に支障のない方。■練習のある方や本クラブが不潔だと判断した場合は入会料に追加料金を徴収いたします。■本クラブの規約を必ずお読みください。



会員の皆様にあったさまざまなエクササイズをインストラクターがご提案・サポートします!

充実の施設で自分に合ったトレーニングを発見!



体組成測定 カウンセリング 何度でも無料!

目標達成の第一歩は、ご自身の身体を知ることから。インストラクターと一緒にまずはチェックをしましょう!

メニュー作成 何度でも無料!

なりたい自分になるための特別メニューを作成。メニューの見直しは何度でもOK!最大限の効果が期待できます。

マシン指導

マシンの設定やトレーニングのポイントをインストラクターが指導します。より効果を実感していただきやすくなります。

トレットミル

有酸素運動を加えることにより、より効果的なトレーニングを実現。室内なので天候に左右されることなく走り続けられます。

GYMジム

目標達成までのサポートが充実

マンツーマン指導!
だからこそ、効果絶大!!

パーソナル専用ルーム開設! (ジムの方のみ)
ジムまたはプールにてマンツーマントレーニングを実施!ご希望に沿ったワンランク上のメニューをご提案します。
料金: 会員 3,300円 / 非会員 4,950円
時間: 30分または60分

**WEB予約
好評受付中**
予約と詳細はこちらから

パーソナルトレーニング

トランポリン × エクササイズ

効率的に
シェイプアップできて
体幹が鍛えられる!

ホットヨガ

50種類以上のプログラムが充実!

ダンス系のZUMBAやメガダンス、脂肪燃焼系のUBOUNDやTaeBo®・ファットバーン、コンディショニング系のピラティスや背骨コンディショニング・ヨーガ等。また基礎代謝が上がり、脂肪が燃えやすい身体作りにも最適なホットヨガも週6日あります。

STADIOスタジオ

初心者から上級者までバラエティー豊かなプログラムが充実

開放感・透明度が高いプールを完備!
ウォーキングコースやアクアビクス・4泳法を教えるクラスもあります。足・腰が弱い方や全身を効率よく鍛えたい方には是非オススメです。運動後のケア施設として浴室・サウナも完備。

POOLプール

ジャグジー・浴室・サウナ・スチームサウナあります!

会員種別	月会費	営業日・全時間利用OK
フリー会員	8,800円	全営業日・全時間利用OK
デイ会員	6,600円	平日(土・日曜を除く) 10:00~17:00限定
2デイ会員	5,500円	週2日(お客様選択の特定曜日) 全時間利用OK
ウィークエンド3会員	7,150円	金・土・日曜限定 全時間利用OK
マスタープラス会員	13,200円	エスポ袋井・エスポ浜松(I&II) 全営業日・全時間利用OK

速鉄スポーツクラブ・エスポ袋井

☎0538-42-6350

営業時間 / 平日=10:00~23:00
(土曜=22:00・日曜&祝日=19:00まで)

エスポ袋井 〒437-0065 袋井市堀越371-1
<https://esc-espo.jp/fukuroiirschool/>

※掲載の料金はいずれも税込です。

160

台収容

無料駐車場完備で
通いやすい!



堀越ICからすぐ近く!