



エスポで冬トレ!

二年末応援キャンペーン2025

特典

1

12月・1月会費

どのプラン
でも

合計 **3,000円**

*事務手数料5,500円(税込)が別途必要となります。

*6ヶ月在籍可能な方が対象となり、6ヶ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。※過去3ヶ月以内に退会された方は対象外となります。

特典
2

3ヶ月マンツーマンサポート

初めての方や
運動習慣をつけていきたい方をサポートします!
週1回マンツーマン 筋トレのサポートを実施
(1回20分/計8回)



無料

要予約 先着15名様

ホットヨガ 無料体験会

日時: 12月7日(日)/12月21日(日)

- 15:50~16:30 ベーシックヨガ
- 16:50~17:30 ゆったりヨガ

先着各5名様



まずは
お試し!



*過去の体験も含め、おひとり様1回限りとなります。事前のご予約が必要です。
右記のQRコードからお申込みください。お電話でのご予約も可能です。ゆったりの方が強度は弱めです。

1日無料体験 実施中!

*過去の体験も含め、おひとり様1回限りとなります。事前のご予約が必要です。左記のQRコードからお申込みください。スタジオの体験は追加で電話予約が必要となります。



ジム、プール、スタジオなど全ての施設をご利用いただけます!

| 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 | |
| 事務手数料 5,500円 | |

| 平 日 土 日 祝 日 | ●スタッフ対応時間帯 | |
|----------------------------|------------------------|------------------------|
| | 10:00~21:00 | 6:00~10:00/21:00~24:00 |
| | ●セルフ時間帯 | |
| | 6:00~10:00/19:00~24:00 | |
| | ●スタッフ対応時間帯 | |
| | 10:00~19:00 | |
| | ●セルフ時間帯 | |
| | 6:00~10:00/19:00~24:00 | |

| 会員種別 | 金額 | 利用日 | 利用時間帯 |
|-------|---------|------|------------------------------------------------------|
| 全日会員 | 9,680円 | 全日 | 6:00~ 24:00 |
| 平日会員 | 7,920円 | 月~金 | 6:00~ 24:00 |
| 午後会員 | 6,600円 | 月~金 | 12:00~ 18:00 |
| ナイト会員 | 5,940円 | 全日 | 19:00~ 24:00 |
| 週2会員 | 6,160円 | 指定曜日 | 6:00~ 24:00 指定した2つの曜日のみ利用可 |
| セルフ会員 | 6,160円 | 全日 | 6:00~ 10:00 21:00~ 24:00(平日) 19:00~ 24:00(土日祝) |
| VIP会員 | 13,200円 | 全日 | 6:00~ 24:00 浜松・袋井 無料で利用可 |

Follow Me!

お得な情報や
効果的エクササイズ、
スタッフの日常etc..



フォローお願いします♥

@espo_fukuroi

WIFI以外の会員様がエスポ浜松をご利用する際には、
別途料金利用料880円がかかります。

会員の皆様に合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!



GYMジム

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。

トレッドミル
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。

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!

WEB予約 好評受付中
予約と詳細は [こちらから](#)



PERSONAL FITNESS
GET YOUR NEW SELF ON FITNESS.

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!ご要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3,850円/非会員5,500円 (30分価格)
時間: 30分または60分

パーソナルトレーニング



トランポリン × エクササイズ
UBOUND RADICAL FITNESS

効率的にシェイプアップでき、体幹が鍛えられる!
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®・フラットバーン、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ピクス・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!



各定員：5名

12.7 (日) | 15:50-16:30 ベーシックヨガ
16:50-17:30 ゆったりヨガ

12.21(日) | 15:50-16:30 ベーシックヨガ
16:50-17:30 ゆったりヨガ

※レッスン開始時間の10分前にご来館ください。

持ち物 バスタオルorヨガマット・1L以上のドリンク・汗拭き用タオル・着替え

受付方法 QRコードよりお申込みいただけます。→→→
電話申し込みも可能です。 ☎0538-42-6350

料金 無料 0円 ※過去の体験を含め、おひとり様1回限りとなります。
ホットヨガ後は、シャワーのご利用が可能です。
汗を流してすっきりお帰りいただけます★シャンプーボディソープ・ドライヤー完備

【無料体験ホットヨガ申込手順】

