

# 春の入会 キャンペーン

Spring

先着  
**20名様**  
限定!

新生活はエスポから

3月、4月

2ヵ月会費 **3,000円** (税込)



※3月・4月入会に限り。4月1日以降の入会手続きは対象外です。※事務手数料(5,500円)が別途必要となります。  
※過去3ヵ月以内に退会された方は対象外となります。※6ヵ月在籍可能な方が対象となり、6ヵ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きます。

↑ 入会登録は  
こちらから

## 目標達成までのサポートプログラム

**3ヵ月継続率70%以上!!**

**カウンセリング**  
インストラクターからあなたの目標達成に向けた最適なプランを提案させていただきます!

**マンツーマンサポート**  
トレーニングが初めての方でも安心!まずはインストラクターがマンツーマンでフォローします!

**理想の  
カラダへ。**  
★有料★  
**トレーニングサポートプログラム**  
ご希望の方は引き続きインストラクターがフォローします!詳細は裏面へ!

新規入会  
限定!!

マンツーマンサポートとは...

**3ヵ月間  
マンツーマンサポート!**

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)

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!



**1日体験料 無料!**  
トレーニングジム・プールなど  
1日どちらの施設でも  
ご利用いただけます!  
▲ご予約はこちら  
スタジオレッスンを体験したい場合は  
電話のご予約が追加が必要です。  
※ご体験はおひとり様一回限りとなります。  
過去の体験・施設ご利用も対象となります。



ご入会時にお持ち頂くもの
こちらのチラシ
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

■ご利用の際にはエスポ袋井の規約・規定をお守りください。■取扱金融機関：静岡銀行 浜松14つた信用金庫 島田掛川信用金庫 静岡圏内全農協 ゆうちょ銀行 清水銀行  
■入会資格/①16歳以上の健康な男女で、本クラブの会則を承認された方。(18歳未満の方は保護者の同意が必要となります)②本クラブの会員にふさわしい品位ある方。③伝染病、皮膚病、眼病等の疾患がなく、当施設の利用に支障のない方。④刺青のある方や本クラブが不適切と認めた方はご入会いただけません。※会費等納入後の返金は致しかねます。※2回目以降の会費は預金口座より自動的に引き落としとなります。

平日	●スタッフ対応時間帯 10:00~21:00 ●セルフ時間帯 6:00~10:00/21:00~24:00
土日祝日	●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	
エスポ袋井 料金表	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
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)	無人時間帯のみ利用可
VIP会員	13,200円	全日	6:00 ~ 24:00	浜松・袋井 無料で利用可

※VIP以外の会員様がエスポ浜松をご利用する際には、別途施設利用料880円がかかります。

# エスポ袋井にご入会で こちらの施設が使い放題！

## トレーニングジム TRAINING GYM

TV付ランニングマシンやバイクマシン、その他種類豊富なマシンがそろっています。スタッフが常にいるので、初めての方でも安心です。



ストレッチエリア



有酸素マシン



マシンエリア



フリーウエイトエリア

## プールエリア POOL AREA

プールは全部で6レーン。歩行専用コースもあります。開放感・透明度が高いプールを完備！



プール



ジャグジー



ミストサウナ

## スタジオエリア STUDIO AREA

初心者から上級者までバラエティー豊かな50種類以上のプログラムが充実！



Aスタジオ

エアロビクス、ダンス、エクササイズ、ストレッチ等ESPOはプログラム数が豊富！

湿度の高い空間で身体を動かすホットヨガで身体を動かしていただけます。ダイエット効果・ストレス解消・体力増進などに効果的です。



Bスタジオ

エスポでは、お客様の理想に合わせた、最適で上質なトレーニングをご提案します。★有料★

## トレーニングサポートプログラム

### 理想のカラダへ。

運動に慣れた方  
中上級向け

短期間で  
結果を出したい方向け

2ヵ月で運動  
習慣をつけたい、  
初めての方向け

**ガッツリ**  
筋トレコース

**短期集中**  
筋トレコース

**コツコツ**  
筋トレコース



## エスポパーソナルトレーニング ESPO's personal training



筋力アップ

筋力を向上させるための効果的なトレーニングを提供致します。適切な負荷と正しいフォームでのトレーニングにより運動の効果を最大限に引き出せるようサポート致します。



ダイエット

ダイエットの為に必要な食事のアドバイスから効果的なトレーニングの方法をご提案致します。無理なく減量できるようにサポート致します。



遠鉄スポーツクラブ・エスポ

[エスポ袋井] 袋井市堀越371-1  
☎0538-42-6350

エスポは全日24:00まで営業!しかも休館日が月末2日!!

年末年始GWは除く  
魅力満載のHPもご覧ください▶ <https://esc-espo.jp/> エスポ袋井

# 無料体験会

# ヨガ



温まりながら

ヨガを楽しみましょう♪

3.1

(日)

15:50-16:30

ベーシックヨガ

16:50-17:30

ゆったりヨガ

3.15

(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