わたしの街のスポーツパラダイス

スポーツPAL45

SWIMMING POOL　AERO GYM　POWER GYM　FREE WEIGHT
AERO STUDIO　GOLF RANGE　BUNKER RANGE　RELAX ZONE　ETC.

体幹は進化する。

～「PALなび」で、あなたの運動 目的地までナビゲーション～

是非私達にお任せを!

誠実にサポートする

あなたの不安に寄り添い

あなたの期待に応え

スポーツジムに通う目的は一人一人様々

50名限定 最初の2ヶ月 施設全て使えて

月々3,030円(税抜)

運動を続けられるか不安な方に!!
在籍期間の条件はございません。
安心して始められます。

全ての方へ
6ヶ月🔰安心サポート**受講無料**

さらに
全5回すべてのサポート受講の方には
5,000円クオカードプレゼント!

●キャンペーン期間中にお申込みを済ませた方が対象となります。

お問合せ専用ダイヤル ■スポーツPAL45

わたしの街のスポーツパラダイス スポーツPAL45

tel.048-942-0045

見学随時実施中! 詳しくはお問合せください。スタッフが丁寧にご説明します。

■草加スイミングスクール tel.048-942-8181

〒340-0053 草加市旭町6丁目13番18号 ●営業時間：月～金／午前10：00～午後11：00　土／午前10：00～午後10：00　日／午前10：00～午後 7：30 ●休館日：毎月月末、最終日 ●毎月第3木曜日 http://www.shinko-3s.co.jp スポーツPAL 45 検索

■料金プランに掲載されている金額はすべて税抜価格です。■ご利用は休館日を除きます。■泳力、年齢別のスイミングスクール会員募集中！ 詳しくはホームページをご覧ください。

続けるだけの運動はもうおしまい。
「うれしい」に繋がる心と身体作りは
環境を活かすこと! だから…

PALなびで
もう迷わない!

①無理なく ②安全に ③効率よく 理想の身体を目指して、スタッフがナビゲート!

PALなびとは?

PALなびのご紹介

60分~90分の予約制無料システム

実際にお客様が【PALなび】を受けて頂いた際のイメージを【カーナビ】に例えると…【運転手さん】はお客様で、【カーナビ】はスタッフです。担当スタッフは、様々なルート【運動メニュー】の中からお客様の要望や好みの行き先に応じた最適ルートを推奨しご案内します。
お客様の個別の志向に合わせて推奨ルートを検索することによって目的地に向かうお客様を道案内することが出来る画期的な会員サポートシステムです。

どうしたらいいかしら?

それならこのコースにしましょう。

推奨コース例

- 距離優先ダイエットコース
- ゆっくりダイエットコース
- ゆっくり健康コース
- 距離優先筋力アップコース
- ゆっくり筋力アップコース
- ゆっくり習慣病改善コース
- 距離優先アスリートコース
- ゆっくり柔軟性向上コース
- etc…

お客様に合ったコースへしっかり導きアドバイス!

全体の流れ

ご入会 → 初期トレナビ(推奨ルート検索!) → 3ヶ月トレナビ(推奨ルート検索!) → 半年トレナビ(推奨ルート検索!) → 1年トレナビ(推奨ルート検索!)

さあ! やってみよう PALなび実践編

ご入会時

フロントスタッフより【PALなび】受講の予約案内を致します。

ご予約当日

予約当日、担当スタッフが3Fジムカウンターにて、お待ちしております。

トレーニングカルテをご用意します。
・血圧測定
・体組成測定
・フィットネス診断　etc…

推奨するカルテに合わせてトレーニングを実践します。
有酸素マシン・筋力マシンのアドバイスと実践　etc…

次回のご案内を行い終了となります。

【PALなび】は、お客様の目的や志向に寄り添い、親切・丁寧なご案内を心掛け、定期的な受講を推奨しております。

きめ細やかなスタッフのサポートと共に、スポーツライフをはじめよう♪

GOLF

6打席&
バンカーレンジ完備

内と外、両方の良さを兼ね備えた半屋外空間!
外の風を感じる爽やかな空間で存分にお楽しみ頂けます。

ゴルフスクールは、PGAトーナメントプロも在籍し、的確な指導を行っています。

GYM

ダイエットにオススメ【SPARC】

脂肪燃焼から筋肉の増強、筋力やパワー、新陳代謝のアップまで、あらゆるトレーニングを1台で実現。

グレードアップ!マシン
20種類全32台導入

操作性=簡単&スピーディー
使用性=どなたでもフィットする
効果性=運動効果が高い
安全性を前提にあらゆる目的にご対応出来る環境をご用意しています。

STUDIO

多彩なプログラムで
ボディラインを美しく

サーキットトレーニングからエアロビクス・ホットヨガ・リズムパンプなど、様々なスタジオプログラム。

ホットスタジオ
ホットスタジオ&ベーシックスタジオ

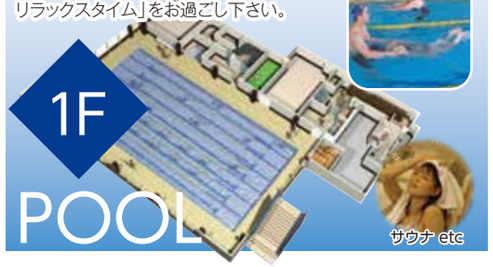
種類と目的豊富なプログラムをご用意し、「明るく・楽しく・笑顔で」グループエクササイズをお楽しみ頂けます。

POOL

バージョンアップ!
プールサイドがきれいに

天上高5m以上全7コースの圧倒的開放感

その他、3種(高温・低温・ミスト)のサウナ、ジャグジー、ウォーターバスもございます。
充実のリラクゼーションで運動後「至福のリラックスタイム」をお過ごし下さい。



サウナ etc

健康水泳教室

成人スクール

児童水泳スクール

生徒募集中

草加スイミングスクールの指導指針

指導3本柱

- 心 楽しむココロの育成
- 技 感じる喜びを伝える
- 礼 明るく元気に学ぶ

安全を最優先

お子様の笑顔を輝かせます!!

ホームページ限定!
入園・入学 応援
入会キャンペーン実施中!!

http://www.shinko-3s.co.jp
草加スイミングスクール 検索 または

キッズスクールもあります…

Jrダンススタジオ

Jr空手スクール

Jrバレエスクール

Jrゴルフアカデミー

スタッフ募集

お客様の笑顔に応えるお仕事です

- プールアシスタント
- ジムサポート
- フロント&営業事務

時間曜日応相談・扶養範囲内可
詳細はお気軽にお問合せください。

正会員	特別平日会員	ナイト会員	ユース会員	健康5会員	中学生会員	楽らくプール会員
利用時間及びエリア: 全営業時間 全エリア	利用時間及びエリア: 月~土 10:00~18:00	利用時間及びエリア: 月~土 20:30~閉館時間	利用時間及びエリア: 正会員と同様 (26歳以下の方に限ります)	利用時間及びエリア: 正会員と同様 (月に5回までとなります)	利用時間及びエリア: ※月~土 10:00~21:00 / 日 10:00~19:30	利用時間及びエリア: 1F プール/リラクゼーションエリア
月会費/¥6,000(税抜)	月会費/¥5,000(税抜)	月会費/¥5,000(税抜)	月会費/¥5,000(税抜)	月会費/¥4,000(税抜)	月会費/¥4,000(税抜)	月会費/¥4,500(税抜)

※学校の日は16:00~となります。

ゴルフスクール 月会費/¥9,000(税抜)
利用時間及びエリア: 火 11:20/13:30/15:00 / 土 11:50/13:10/14:30/15:50

健康水泳教室 月会費/¥6,300~(税抜)
利用時間及びエリア: 対象:30歳以上(男女) 月・水・金 10:30~12:00

オプションスクール

オプションスクール	月会費	コース内容
成人水泳A	¥2,500~	泳法・技術コース
成人水泳B	¥2,500~	トレーニングコース
成人水泳AB	¥4,000~	泳法トレーニングコース

※スクールカリキュラム・利用時間についてはスケジュールをご確認ください。

月の途中からでもご入会いただけます

ご入会時にご用意いただくもの
①入会金 今なら0円!!
②月会費2ヶ月
③口座番号の分かるもの
④金融機関届出印
⑤年会費

■3ヶ月目からの月会費はお客様のご指定の口座より自動引落としとなります。 ■未成年の方は、保護者の同意が必要となります。■妊娠している方のご入会は出来かねます。■刺青・ファッションタトゥーをされている方はご入会をお断りしております。 ■その他、疾患・疾病がある方はご入会前にご相談ください。

■スポーツ PAL45
☎048-942-0045
■草加スイミングスクール ☎048-942-8181

営業時間
月~金／午前10:00~午後11:00
土　／午前10:00~午後10:00
日　／午前10:00~午後 7:30

スマホや携帯からもアクセス OK!

休館日 ・毎月月末、最終日 ・毎月第3木曜日

ゴルフ　ジム　スタジオ　HOTスタジオ　プール　ジャグジー　サウナ