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.

Super Special G.W!!

イベントが盛りだくさん!! 1回500円でご利用いただけます。
※対象期間 4/27(土)~5/6(月) 詳しくはお問い合わせ下さい。

Yoga

Do cardio

Exciting

Work out

Pool

春の
大感謝祭
施設無料開放
4月30日(火)
開催

弾けるボディより ハジける笑顔

先着50名様

好みに合わせて選べる入会プラン※1

その① 初月月会費 0円

翌月月会費 0円

ご家族・お友達と一緒でとーってもオトク!
登録手数料※2 0円

今すぐ今月限り

お問い合わせは
tel.048-942-0045

お問い合わせ専用ダイヤル
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.

■スポーツ PAL45
tel.048-942-0045
http://www.shinko-3s.co.jp スポーツ PAL45 検索

〒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9:00~午後 7:30
●休館日:毎月月末最終日 毎月第3木曜日 ■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。

見学随時実施中! 詳しくはお問い合わせ下さい。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

※1 入会プランに応じて一部条件が異なります。
上記プランの在籍条件は6ヵ月となります
在籍条件を満たさず解約された場合は
在籍期間中の通常月会費全額をお支払いいただきます。
ご入会時に別途年会費として2,000円(税別)をいただきます。
※2 2名以上の同時申込みの場合。
1名様の場合、登録手数料3,000円(税別)をいただきます。

公式
facebookとInstagramを
はじめました

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

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

ジム

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。

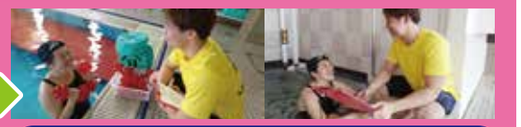
トレーニングカルテをご用意します。
・血圧測定
・体組成測定
・フィットネス診断
etc…

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…

プール

予約当日、担当スタッフが1Fプールカウンターにて、お待ちしております。

プールエリアでの利用方法や注意事項についてのご説明をさせていただきます



プール利用目的にあわせたご案内も致します。ウォーキング・水泳教室など

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♪

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。

GOLF

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。

マシン20種類全32台

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。

GYM

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・フラダンス・ZUMBA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。

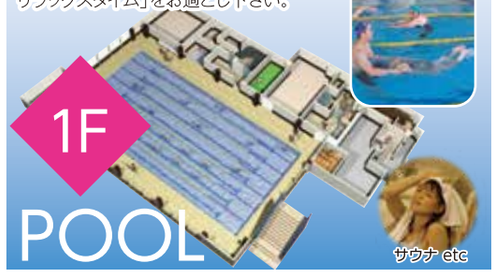
STUDIO

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。

健康水泳教室

成人スクール



POOL

正会員

比べてください!
このお値段で使い放題。
おトク感満載です。

利用時間及びエリア: 全営業時間 全エリア
月会費/¥6,000(税抜)

ナイト会員

働き盛りの方にオススメ!
夜の空いた時間を
有意義に過ごしませんか?

利用時間: 月〜土 20:30〜閉館時間
月会費/¥5,000(税抜)

健康5会員

忙しいけど
体を動かしたい方にオススメ!
気軽に始めてみませんか?

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)
月会費/¥4,000(税抜)

その他
・特別平日会員
・ユース会員
・中学生会員
・楽らくプール会員
・ゴルフスクール
などがございます

詳しくはHPまでお問い合わせください。
スマホや携帯からもアクセスOK!

●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。

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…

スタッフ募集

- プールアシスタント
- ジムサポート
- フロント&営業事務

お客様の笑顔に応えるお仕事です
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。

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

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

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 9:00〜午後 7:30
朝活の皆様、お待たせしました!

休館日
・毎月月末最終日 ・毎月第3木曜日