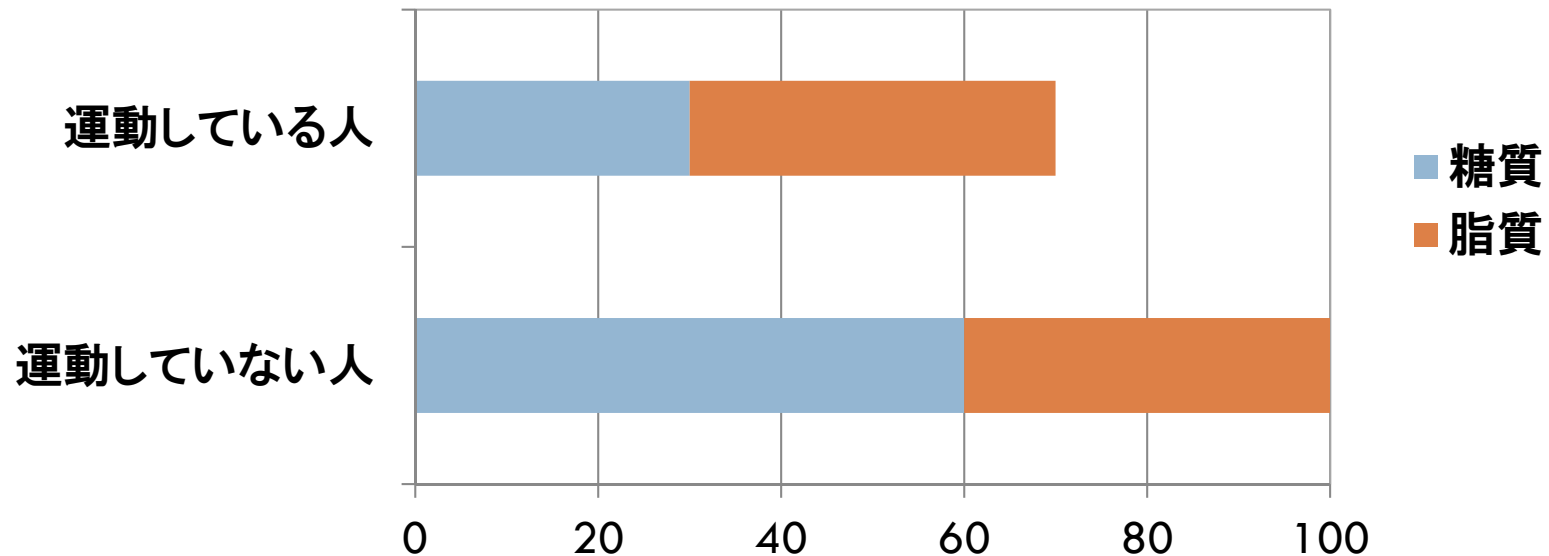


スポーツクラブご案内

A&Mスポーツクラブ

運動の効果

- 腰痛、膝痛、肩こりなどの関節障害の予防
- 体力アップ
- 生活習慣病の改善・予防



運動習慣の有無によるエネルギーの使われ方の違い

プログラムのご案内

- マシンジム
- スタジオレッスン
- プール
- ゴルフレッスン



料金システム(月額)

会員種別	料金(税別)
エグゼクティブ会員	1,000円
正会員	8,500円
デイ会員	5,000円

エグゼクティブ会員になると

- 専用ロッカーをご利用になれます。
- シューズ、タオルを無料でレンタルできます。
- スポーツウェア、シューズを会員価格で購入できます。(30~50%off)
- 各種プログラムに優先的に参加できます。

施設ご利用の流れ

フロントでチェックイン

- ・ 会員証と引き換えに ロッカーキーをお渡しします

ロッカールームで着替え

- ・ お好きなロッカーをお選びください

マシンジム / スタジオレッスン プール / ゴルフレッスン

- ・ 各種プログラムをご用意しております

ロッカールームで着替え

- ・ 併設の浴室・サウナをご自由にお使いください

フロントでチェックアウト

- ・ ロッカーキーと引き換えに会員証をお返しします