

ワクワク  
ドキドキ♪

はじめてのお客様のために！

## ☆1日体験ってなぁに？☆

### ①まずはTEL又はHPからお申込み下さい！

1日体験をご希望の方は、体験希望日の前日までに、お電話又は3日前までにHPにて、お気軽にご予約をお申込み下さい。スタッフが、体験に必要なものや、お客様が不安に思っている事についてご案内を致します。

### ②体験当日！まずはフロントで受付

体験当日は、フロントにてスタッフがお客様をお待ちしております。まずは簡単なアンケート用紙のご記入と料金をお支払して頂きます。また無料レンタルを行っておりますのでご利用下さい。  
※Tシャツ・ハーフパンツ・スイムキャップ・タオル大・小



### ③担当スタッフが館内をご案内

受付が終了いたしましたら、担当のスタッフが館内をご案内いたします。ロッカールーム → ご利用エリアまでをご案内致します。



### ○マシンジムエリアを体験！

様々なフィットネスマシンを使い放題！  
有酸素マシンで気持ちよく汗をかくのもよし！  
筋トレマシンで身体の気になる部分を引き締めるのもよし！！  
もちろんスタッフがマシンの使い方をご案内しますので安心です♪



### ○スタジオレッスンを体験！

音楽に合わせて身体を動かす「エアロビクス」や、大人気の「ヨガ」「ピラティス」など、様々なレッスンをご用意しております。初心者の方でも気軽にご参加いただけます！！  
楽しく動いてストレス発散！脂肪燃焼！！



### ○プールを体験！

フリー遊泳からアクアプログラムも自由に体験できます！ウォーキングコースもご用意しておりますので、泳げない方や、膝が痛くて激しい運動は苦手という方も安心して気持ちよくプールでの運動を体験できますよ♪

## 運動が終わったら・・・

### ④お風呂でリラックス♪

楽しく運動した後は、お風呂で汗を流しましょう。「準天然光明石温泉」で身体を芯から温めて、疲れを取りましょう♪  
※準天然光明石温泉は人工温泉及び地下から湧出する温泉ではありません。



### ⑤お帰りの際、フロントにて当クラスについてご案内☆

最後にフロントにて、スタッフがお客様の気になることをご案内致します。入会に必要なものや、自分は何の会員種別が合っているか、月会費についてなど、様々な悩みをスタッフと一緒に解決させましょう！！

## 1日体験には特典がいっぱい♪

### 特典①高性能体成分測定器 (INBODY) が無料!!

筋肉量や体脂肪量、全身の筋肉バランスなども詳しく測定できるINBODYが無料で付いてきます！  
スタッフとのマンツーマンでカウンセリングいたしますので、是非一度、あなたの身体を細かくチェックしてみませんか？



### 特典②手ぶら体験!!

「運動が初めてで、道具がそろってません。」という方でも安心の「手ぶら体験」を実施いたしております！  
レンタルできるウェアやタオル、シューズが無料で使えます！  
これで手軽に来館・即運動！！



### 特典③体験料金を入会時に充当できます！

入会受付時に体験料金を充当させていただきます。  
納得するまで体験した後は、お得に入会♪  
※体験後から1週間まで充当できます。  
他の特典と併用することは出来ません。



まずは体験から  
始めてみませんか？