



自分に最適な会員種別が分からない…。  
そんな方にオススメ!!

# 1週間1,000円 キャンペーン!!

6/4(火) ▶ 28(金) or 7/1(月) ▶ 28(日)

※6/29(土)・30(日)、7/29(月)～31(水)は休館日です。

**スイミング 持ち物** 水着・ゴーグル・バスタオル・スイミングキャップ  
※スイミングキャップはレンタルもございますが、ご購入をお勧めいたします。  
**スタジオ 持ち物** 運動ができる 服装とタオル  
**お申込** お電話でご予約後 当日お越しください。

1週間、自由に泳いだりレッスンを体験してあなたのご利用タイプを判断!

自由に歩いたり  
泳いだりするなら!

レッスンにたくさん  
出席するなら!

仕事終わり  
土日祝に  
利用するなら!

### お手軽会員

レッスン参加500円

回数・曜日に制限なく自由  
遊泳をしていただけます。

月会費 **3,650円**

### 自由遊泳会員

◆大人利用料/1回500円  
◆子供利用料/1回300円

月会費 **1,150円**

### デイ会員 月6日コース

レッスン参加無料

スイミング・水中運動レッスン、  
自由遊泳をしていただけます。

月会費 **6,650円**

### デイ会員 フリーコース

レッスン参加無料

回数制限なくスイミング・水中運  
動レッスン、自由遊泳ができます。

月会費 **8,650円**

### ナイト週末会員

レッスン参加無料

月～金19:40以降、土日祝のレッスンと  
自由遊泳を回数制限なく利用できます。

月会費 **5,150円**

※表示価格はすべて税別です。

体験後ご入会の方は!  
7/28(日)まで

特典  
01

入会金  
通常3,000円

# 無料!

特典  
02

初月度  
月会費

# 無料!

※特典期間終了月の翌月から6ヶ月間、本店舗に会員として  
在籍し、かつ会費のお支払いがある事が条件となります。当  
該期間中に解約される場合は特典適用月会費と各会員月  
会費との差額を頂戴いたします。※アイランド高槻を退会後  
3ヶ月以内の方は特典の適用外となります。

アイランドスポーツクラブ高槻

TEL 0120-26-6400

TEL 072-681-8000

1番人気、1番おもしろい季節はプールが1番おもしろい!

# “スイミングのある生活” はじめませんか。

アイランドは「体カアップ」や「健康維持」など様々な目的の方にお応えするレッスンをご用意！  
今なら1週間間じっくりアイランドを体験できるキャンペーンを実施中です。  
この機会にぜひ“スイミング”のある生活を体験してください！

## スタジオオレックスも好評実施中!!

スイミングとあわせて総合的なカラダづくりをお手伝い!



### 青竹体操

音楽に合わせて青竹を踏み、  
足の裏の筋肉をほぐします。

### 肩こり・腰痛体操

肩こり・腰痛の予防改善  
を目指していきます。

### 慢性腰痛や膝痛の方にオススメ!



### 水中ウォーキング

足腰に負担をかけずに水の特徴を  
利用し全身運動が行えます!

### 自分の泳ぎを見つめ直そう!



### 初心者クロール

けのび姿勢からバタ足まで  
分かりやすくレッスンします!

### 気ままに泳ぎたい方にオススメ!



### 自由遊泳

フリースクールもあるので  
ぜひご参加ください!

### 有酸素運動でダイエットに効果的!



### アクアピクス

水の抵抗を利用した水中運動で  
全身の脂肪を燃焼します!

## 1週間のスケジュールはこんな感じ!

■ FSC(自由遊泳) ■ 水中運動レッスン ■ スイミングレッスン ■ ジュニアレッスン ■ スタジオレッスン ※スタジオレッスンは定員20名の予約制となっております。ご参加いただくレッスンの前日朝9時よりお電話がフロントにてご予約が可能です。

| 時間    | 月 |   |   |   |   |   | 火 |   |   |   |   |   | 水 |   |   |   |   |   | 木 |   |   |   |   |   | 金 |   |   |   |   |   | 土 |   |   |   |   |   | 日 |   |   |   |   |   |
|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7:30  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8:00  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 9:00  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 11:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 12:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 13:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 14:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 15:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 16:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 19:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 20:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 21:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 22:00 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |

※1:こちらのレッスンは会員種別に関係なくご参加いただけます。30分のレッスンになります。 ※春休み・夏休み(3・4・7・8月)短期教室などで自由遊泳・スクールの時間帯を変更させていただきます。 ※ご利用人数により予告なくコースを変更・制限させていただきます場合がございます。

**island** SHOSEI CO.,LTD **アイランドスポーツクラブ高槻**  
0120-26-6400 TEL 072-681-8000 アイランド高槻

〒569-1117 高槻市天神町2-1-9 JR高槻駅から徒歩6分 【営業時間】月～金7:30～22:00 土8:15～22:00 日7:30～17:00 【入会受付時間】月～金9:00～21:00 土8:30～21:00 日9:00～17:00

◆入会時にご持参いただくもの (直接ご入会もできます)

|             |                   |               |
|-------------|-------------------|---------------|
| 月会費<br>2ヶ月分 | 入会事務手数料<br>1,000円 | 通帳・銀行<br>お届け印 |
|-------------|-------------------|---------------|

写真 縦3cm×横2.4cm

※一旦納入された会費等は理由の如何に関わらず返却できません。  
※お申込は、当スクールで入会申込書にご記入ください。



館内の様子動画をチェック!!

第3駐車場 第1駐車場 上宮天満宮

バス停 霊松寺前

ガソリンスタンド 芥川商店街 京都信用金庫 西武百貨店

JR高槻駅 西口 北口