

ヨロズ入会、旅行、7/7ビクスや機内販売、全入会全額が無料に利用できます!!



ゴルフ祭り 開催!!

9月23日(土)は
ゴルフスポーツクラブ・沖縄スイミングスクールへ
遊びに行こう!



当日ご入会の場合・・・

入会金+1ヶ月分月会費(総額最大23,004円)が

0円(無料)!!になる入会特典があります!!

更に入会先着35名様に『オリジナルステンレスボトル』プレゼント!



- ※ 現会員様の退会による再入会 及び スイミング契約団体コースへの入会、契約団体からの入会は、特典対象外となります。
- ※ 入会特典の内、月会費1ヶ月分免除とは、入会後3ヶ月目の会費を対象とさせていただきます。
- ※ 特典の適用は、入会後3ヶ月以上の継続が条件となります。



ゴルフスポーツクラブ 前田 沖縄スイミングスクール 前田校

浦添市前田1152-2

☎ 098-942-0770



当日ご入会を希望される方は・・・
カード発行手数料1,080円+月会費2か月分
銀行口座番号及び届け出印をご持参下さい



9月23日(土) ガルフ祭 無料体験会 スケジュール

営業時間・・・9:00~21:00 (最終入館受付20:30)

スタジオ		プール						
		1	2	3	4	5	6	7
9:30~9:45 ボールDEストレッチ (ガルフスタッフ)	朝一番は、ゆっくり体を動かしながら準備体操がてらストレッチでスタート!	水泳希望の方はこちらどうぞ!! 初心者~競技者まで、細かく指導します					9:50~10:20 流水30 (山川)	
10:00~10:45 お気軽エアロ (ジュンコ)	ストレッチの後は初めての方でも気軽に参加できるエアロピクスレッスン!	10:30~11:30 初級 中級 上級 (新城)(渡辺) (知念)			泳げなくても大丈夫! 顔を水に付けなくても大丈夫! 超音波流水による3次元波動が、あなたの体に魔法をかける!?			
11:00~12:00 アンチエイジングヨガ (ジュンコ)	アンチエイジングと聞けば、興味あり! そんな方は是非ご参加ください!	11:45~12:30 香里とアクア (糸満 香里)		泳げなくても大丈夫! 水中だから体に無理なく運動! 音楽に合わせてレッツアクア!				11:45~12:15 流水30 (新城)
13:15~14:00 ZUMBA (HIROMI)	もうおなじみとなった超人気レッスンズンバ!! 人気過ぎて入れないかも!?	13:30~14:30 無料パーソナルレッスン (知念・渡辺) ※各先着5名ずつ フロントで事前申込み下さい					12:40~13:10 流水30 (山川)	
14:15~15:30 陰ヨガ (国頭 智子)	通常よりも効果が望める、当クラブ人気のヨガクラス こちら毎回人気で入れない場合あり! 早めにご来館下さい!	一人一人の目的に合わせて個別レッスンします					フリーレイン	
15:45~16:30 ピラティス (国頭 智子)	こちらもおなじみレッスン 陰ヨガの後にやると更に効果絶大! 組み合わせてご参加お勧めです!	15:00~17:00 幼児・学童無料開放 幼児・学童無料体験レッスン ※希望者は受付でお申し込み下さい						
16:45~17:30 コアトレ (ムーニー真弓)	身体のコアからのトレーニングで新陳代謝が上がります!!	自由に泳ぎたい方はこちらで!					4種目泳法を細かい点まで修正します!	
17:35~18:20 ダンスエアロ (ムーニー真弓)	ダンスの要素を取り込んだエアロピクスレッスン! 楽しく体を動かします	親子一緒でもOK!! 幼児・学童は無料で遊べ、希望に応じて、無料で水泳レッスンします					19:15~20:15 レベルアップ4種目 (渡辺 覚)	
18:30~19:15 ウェーブストレッチ (安次嶺 沙織)	当クラブでおなじみのウェーブリングを使ったストレッチクラスです							

トレーニングジム・プール利用 20:30まで 最終退館時間 21:00

トレーニングジムにて
加圧トレーニング無料体験会開催!!
 (10:00~12:00 先着8名様限定!)
 パーソナルトレーニング、パートナーストレッチも無料で行ないます!

運動に必要な物 | **室内運動靴、動きやすい服装**
タオル、水着、スイムキャップ

全ての施設 及び レッスンが、無料でご利用になれます。