

登録対象

*18歳以上（高校生を除く）

*ジュニアスクール会員ご家族は2親等まで



1回 **30**分

女性専用

サーキットトレーニング



2Fマルチスタジオ



クラブ会員・成人スクール会員
ジュニアスクール会員ご家族

月額

¥2,400 (税込)

一般の方

月額

¥4,800 (税込)

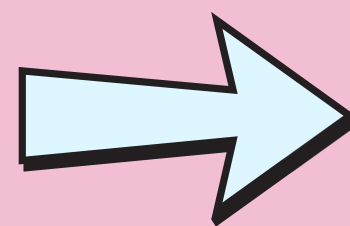
※ジュニアスクール会員ご家族・一般の方は
別途登録手数料¥1,100をいただきます

ご好評につき期間延長！！

登録キャンペーン実施中

今がチャンス！ 6月29日まで

月額利用料 ¥2,400
¥4,800
登録手数料 ¥1,100



最大¥5,900お得に
¥0

無料体験
実施中

¥0

まずは

見学・無料体験から

プログラム詳細
体験予約は
こちらのQRコードから

実際のプログラムの
様子はこちらから



サーキットトレーニングご存じですか…？

サーキットトレーニングとは
マシンでの筋力トレーニングと有酸素運動を
組み合わせて行うトレーニングです。
週2・3回のペースでの実施が推奨されています。
30分程度で終了するので無理なく続けられます。

体験後2週間の間にご登録いただいた方には
プレゼントをご用意しています♪

見学のみも大歓迎です！

体験予約はお電話・窓口でも承ります。

巣鴨スポーツセンター03-3915-2711