

マシンジム

エアロビクス

痛み改善

ヨガ

お風呂

好評につき期間延長！ 4F ライフティックフィットネス体験



1



2

おすすめ！
増沢コーチの健康体操



3



4



5

おすすめ！
野田コーチの水中運動

- 1 ランニングマシンでウォーク&ラン
- 2 週100本以上のレスンプログラム
- 3 男女別お風呂で運動後もサッパリ
- 4 会員用プールにサウナもあります
- 5 プールサイドのジャグジーでリラックス

スイミング会員様と、ご家族ご友人もご利用いただけます！

期間延長！ 10月30日（日）まで

月曜日休館

利用料：1回500円（全施設利用できます）

1日10名様限定 初回のみ予約制（混雑時にはお断りする場合もございます。）

※ご利用時には専用チケットが必要です。下記チケットか「ライフティック秦野」のホームページからダウンロードしてお持ち下さい。

お持ち物・・・運動しやすい服装上下、内履き用シューズ、タオル

キトリ

スイミング会員様限定ライフティック体験チケット

ご利用者様名

ご住所

お電話番号

（ご家族ご友人のご利用時のみ必ずご記入下さい）

スイミング会員様

会員番号

お名前

※このチケットでのご利用が初めての場合のみ○をして下さい。
初めて

プールご利用時は
水着、スイムキャップ、ゴーグル

ご予約・お問い合わせは

アルファビル4F

神奈中健康倶楽部 【月曜休館】

ライフティック

0463-83-0001