15th ANNIVERSARY

4/29(火・祝) 開催!

セントラルウェルネスクラブ成瀬店

周年祭

おかげさまで15周年を迎えます。
これからも地域の皆様の心とカラダの健康づくりをサポートいたします。
当日は施設を無料で開放、会員様はもちろんのこと会員様のご家族ご友人、
さらには一般の方もご利用いただけます。
その他イベントも開催予定、この機会に是非ご来館ください。

無料! 一般の方も使い放題!

施設開放!

10:00〜18:00

※各スポーツ施設は閉館より15分前、スパ等の利用は
10分前までとなります。予めご了承ください。

スタジオ・ジム・プール・スパなど充実した施設を、
この日だけは地域の皆様に無料で開放!
会員でない方も自由にお使いいただけます。

【ご利用にあたって】
- 刺青、タトゥー及びこれに類するものが入っている方、暴力団構成員、飲酒・酒気帯びの方、メンバーの円滑なクラブライフに支障を来す可能性がある方、その他本クラブが不適当と認める方は、ご入館いただけません。
- 施設の一般開放利用の資格条件は、既往歴等がなく健康な方で当クラブの規約及びハウスルールを遵守できる方となります。条件以外の方はご利用をお断りする場合があります。予めご了承ください。
- 小学生以下の方のご利用は保護者の同伴が必要となります。
- 年齢によりご利用できるエリアに制限がございます。
- 詳しくは右記二次元コードよりクラブHPをご参照ください。

会員の方も一般の方も楽しめるイベント実施!

無料! 有料!

スペシャルイベント実施!

どなたでもお楽しみいただけるよう、さまざまなイベントを計画しました!
ご家族・ご友人と一緒に、いつもと違う特別な日をお楽しみください!

【イベント参加にあたって】
- 一部会員様向けのイベントもございます。
- スタジオのプログラムのご参加には事前に予約アプリのダウンロードが必要です。
- 有料イベントは事前にご予約が必要になります。
  各イベントでお申し込み方法が異なる場合がございます。
  詳しくは右記二次元コードよりクラブHPをご参照ください。

ご利用方法、予約方法、盛りだくさんな各種イベント情報はこちらから

大人向けイベント

無料! インボディ無料測定
体脂肪と筋肉量を測定します。ご自身の体の組成状態がわかります。
時間 10:30〜12:00 / 13:00〜14:30 / 15:30〜17:00
場所 3階マシンジムカウンター横
対象 13歳以上のジム利用者 お一人様1回

無料! スイムレッスン ～クロールがちょっと速くなる!～
五十嵐によるワンポイントレッスンです。
時間 13:30〜14:00
場所 1階プール
対象 成人(中学生以上)／20名
申込 当日時間までにプールにお集まりください。

スイムマンツーマンレッスン
五十嵐・立岩によるワンポイントレッスンです。
時間 14:00〜15:10
参加費 3,300円
場所 1階プール
対象 成人(中学生以上)／30分4枠
申込 予約はお電話にて。
※15日(火)13:00より電話予約開始、26日(土)当選者発表となります。
26日までにご入金ください。

無料! アクアスペシャル
ダンスを取り入れた振付を楽しむアクアビクスです。(担当:中田&大越)
時間 16:30〜17:00
場所 1階プール(フィット)
対象 成人(中学生以上)／25名
申込 当日時間までにプールにお集まりください。

無料! ボッチャ15Anniv大会
全ての人ができるスポーツで有名です。是非一度行ってみてください。
時間 10:30〜12:00
場所 1階マルチパーパス
対象 成人(中学生以上)／25名
申込 当日時間までに1階マルチパーパスにお集まりください。

無料! わらいヨガ
笑いとヨガ呼吸を組み合わせた、多くの酸素を取り入れる健康レッスン(担当:林)
時間 10:30〜11:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／20名
申込 当日3階ジムカウンターにて整理券配布

無料! シンプルエアロ
シンプルな動作で40分間全身をバランスよく動かします。(担当:岡川)
時間 11:20〜12:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／46名
申込 レッスン予約アプリから参加予約

無料! ファイトアタックBEAT
シンプルな格闘技動作を組み合わせた有酸素エクササイズになります。(担当:大越)
時間 12:20〜13:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／46名
申込 レッスン予約アプリから参加予約

無料! ZUMBA ジョイント
ラテンをはじめ世界中のダンス音楽を取り入れたダンスエクササイズです。(担当:中田&小林)
時間 13:20〜14:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／46名
申込 レッスン予約アプリから参加予約

無料! ヨガ
心と身体、気を調和させるインド古来の健康法を取り入れたレッスンです。(担当:長縄)
時間 14:20〜15:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／46名
申込 レッスン予約アプリから参加予約

無料! ピラティス
インナーマッスルを鍛えるヨガや大極拳を使ったエクササイズです。(担当:長縄)
時間 15:20〜16:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／46名
申込 レッスン予約アプリから参加予約

無料! シェイプパンプスペシャル
バーベルを使用し音楽に合わせて全身の筋力トレーニングを行います。(担当:坂田&大川)
時間 16:20〜17:00
場所 3階スタジオ
対象 成人(中学生以上)／30名
申込 レッスン予約アプリから参加予約

無料! CPR体験
スタッフがいつも訓練しているCPR用訓練人形「レサシアン」とAEDの訓練機でいざという時に役立てよう。
時間 11:30〜12:30 / 16:30〜17:30
場所 バス駐車場

無料! スタッフスタンプラリー
スタッフを見つけてサインをもらう。2列揃ったら提出、記念品プレゼント!
時間 10:00〜18:00
場所 全館
対象 成人(中学生以上)
申込 入館後随時／限定150名

無料! ビンゴ大会
景品はゼルビアホーム観戦チケットをはじめ、
時間 15:00〜16:00
場所 当日時間までに2階スタジオにお集まりください。
対象 ご入館者

お子様向けイベント

プール開放
プールのレーンを最大3レーン開放します。
自由に遊泳してください。
時間 10:00〜11:20
参加費 800円
場所 1階プール
対象 会員及び会員のご家族お友人(未就学児は保護者同伴)
申込 当クラブHP「はじめて体験・各種イベント」フォームからお申込

キッズ水中運動会
プールと遊具等を使った遊びを運動会風に実施します。
時間 11:30〜13:00
参加費 2,200円
場所 1階プール
対象 会員のみ(幼児16名／児童20名)
申込 当クラブHP「はじめて体験・各種イベント」フォームからお申込

スイムマンツーマンレッスン
林・竹谷によるマンツーマンレッスン
時間 15:10〜16:20
参加費 3,300円
場所 1階プール
対象 キッズ(スクール生)30分4枠／各1名
申込 予約はお電話にて。
※15日(火)13:00より電話予約開始、26日(土)当選者発表となります。
26日までにご入金ください。

鉄棒(さかあがり)教室
逆上がりができるようにお手伝いします。
時間 14:00〜15:00／幼児(年少〜年長)
15:00〜16:00／小学生
参加費 1,650円
場所 1階マルチパーパス
対象 幼児(年少)〜児童(小学3年生)／各15名
申込 お電話にてご予約後、27日(日)までにクラブにてご入金ください。

無料! ヨーヨーすくい
イベントの定番!
お1人様1回なくなり次第終了となります!
時間 13:00〜14:00
場所 駐車場
対象 お子様限定

無料! 親子サッカーボーリング
ペットボトルのピンに軽いドッジボールがボールです。
キックで転がします。
時間 13:30〜14:30
場所 2階スタジオ
対象 親子(3歳〜)／10組
申込 27日(日)までにお電話にてご予約ください。
※前日までに催行判断します。