

自分のカラダに ご褒美あげよ。

毎日頑張っている自分の心と体を開放してご褒美をあげよう！
パンジョ ウェルเนสクラブでは多彩なプログラムであなたの
心と体をリフレッシュします。



夏の入会キャンペーン

期間中にご入会で

入会金
~~10,000~~(税別) ▶

¥0

- さらに 選べる夏の嬉しいプレゼント!
- ① 缶・ペットボトルがピッタリ入る
ステンレスポット
または
 - ② クリーニングギフトセット



PANJO CLUB
パンジョクラブ イズ



パンジョクラブイズ
ウェルเนสクラブ
フィットネス&ライフスポーツ

無料体験のお申し込み
お問い合わせは

TEL.072-294-3178

営業時間

平日9:00~22:30
(土曜21:00まで)
(日・祝19:00まで)
(水曜日休館)



詳しくはWebで

パンジョクラブ イズ

医療費控除対象

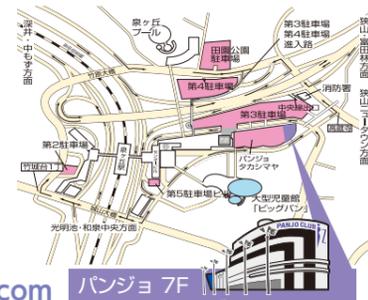
④マークの優良施設で安心で効果的な運動実践をお約束します。

医師から運動処方箋を発行された方は、
会費が医療費控除の対象となり
還付を受けることができます。
※詳しくはスタッフにおたずねください。

検索

<http://www.panjoclub-iz.com>

パンジョ 7F
ウェルเนสクラブ



初心者の方も安心して
ご入会いただけます。

PWSS

(パンジョ・ウェルネス・サポート・システム)

オリエンテーション

初回カウンセリング

初回体力測定

トレーニングサポート期間
運動開始期間はジムインストラクター
がサポートします。

セルフトレーニング

体力測定による効果判定

●フィットネス初心者のための
スタジオプログラム・
プールプログラムも
多数ご用意しております。

●セルフトレーニングも
運動プログラム変更時など
定期的にジムインストラクターが
サポートいたします。

栄養
カウンセリング
(管理栄養士)

レッスンプログラムのご案内

8年連続「最優秀スイミングクラブ」受賞の
コーチ陣が指導するスイムレッスンをはじめ、
初心者から上級者まで楽しめるレッスンがいっぱい!

スイムレッスン



初心者クラスから上級クラスまで泳力に合わせた指導をいたします。

ヨガ



定番＆大人気の「ヨガ」レッスンは週に8本、初心者の方も安心してご参加いただけます。

フラダンス



「ハワイアンフラダンス入門」、「フィットネスフラ」など楽しいレッスンがいっぱい!

その他、エアロビクスやダンス、ボール&ステップエクササイズなど多彩なプログラムをご用意して皆様をお待ちしております。

成果が見える、仲間とつながる。ジムと続ける、新しい健康習慣

クラウド型
健康管理システム からだステーション 新規導入!

今なら2ヶ月間
無料!

通常650円/月(税抜)

- ジムでの運動量だけでなく、日常の活動量を活動量計が自動で記録。目標達成までのプロセスがわかります。
- 活動量や来館回数はエネルギーポイントに変換。ポイントに応じて素敵な景品をプレゼント!
- ジム内だけでなく、からだステーションを導入している全国のジムのユーザーとランキング競争ができます。
- 月末には「からだ通信簿」を発行。その月の成果が一目瞭然!
- 運動だけでなく栄養面でのワンポイントアドバイスもいたします。

一般参加 OK スーパーダイエットコース (短期集中コース)

[期間] 4週間集中コースご都合の良い開始日より4週間
[対象] 18歳以上の健康な方
[定員] 先着10名様 [参加費] 24,000円(税抜)

1期間10名様のみ的人气コースです。
お早めにお申し込みください。

- ① 期間中、全施設使い放題! (1回で300kcalの消費を目指します)
- ② からだステーションを使って、ジム以外の日常生活の活動量も完全チェック
- ③ スタジオ・アクアプログラムへの参加もOK!
(一部の予約制プログラムにはご参加いただけません。)
- ④ 健康運動指導士・健康運動実践指導者による特別ダイエットプログラム作成
- ⑤ インストラクターとのマンツーマンウェイトトレーニング (期間8回)
- ※有酸素運動→コアトレーニング→パーソナルストレッチ
- ⑥ 管理栄養士による食事アドバイス
- ⑦ グッドスリムダイエットによる一食置き換えダイエット (30分) 使用
- ⑧ 体組成測定装置によるBEFORE(初回)~AFTER(最終回)判定



一般参加 OK ノルディックウォーク初心者教室

2本のポールを使って歩くノルディックウォークは、膝や腰への負担が少なく、安全に運動ができます。

エネルギー消費は通常のウォーキングよりも20%もアップ!
健康維持増進、ダイエットに安全・効果的なエクササイズです。ぜひご参加ください。

- 日程
- ① 6月25日(日) 13:00~14:30 [講師] 徳永 翔 (ノルディックウォークトレーナー)
 - ② 7月 4日(火) 13:00~14:30 [参加費] 通常1,500円(税抜)/回 → 500円(税抜)/回 ※ポールレンタル付き
 - ③ 7月23日(日) 13:00~14:30 [集合場所] パンジョ7階 ウェルネスクラブ

※1回毎のお申込みが必要です。※屋外での講習となります。
※雨天時は中止となる場合がございます。あらかじめご了承ください。
※ポールは無料レンタルいたします。ご自身でお持ちの方はご持参ください。



月間の利用回数に応じて決める会費が大好評! (表示価格は、税抜です)

フィットネスクラブ個人会員会費のご案内

レギュラーコース

ご利用時間 月・火・木・金 9:00~22:30 (水曜日休館)
土 9:00~21:00 日・祝 9:00~19:00

- | | | |
|---|--|--|
| タイムリーコース
一回利用毎に利用料1,000円を支払って利用するコースです。
2,500円/月(税抜) | 月4コース
月4回、営業時間内の都合のよい日に通っていただけます。ゆっくり利用したい方に。
6,000円/月(税抜) | 月8コース
月8回、営業時間内の都合のよい日に通っていただけます。マイペースで利用したい方に。
9,500円/月(税抜) |
| 月12コース
月12回、営業時間内の都合のよい日に通っていただけます。しっかり利用したい方に。
11,000円/月(税抜) | 使い放題コース
できるだけ多く利用したい方はこちらのコースをご選択ください。
12,500円/月(税抜) | 学生使い放題コース
25歳以下の学生の方なら、格安の使い放題コースを。
6,500円/月(税抜) |

※タイムリー・月4・月8・月12・使い放題コースの方で、お車で越しの方には利用日に2時間無料駐車券(1日1回まで)を発行致します。
※バスタオルのレンタルは1ヶ月1,000円(税抜)、1回186円(税抜)にてご利用いただけます。
※学生使い放題コースは、18歳以上25歳以下の大学生・大学院生・専門学校生・予備校生などの学生の方が対象となります。駐車券の発行はできません。
※設定回数を超えても1,667円(税抜)/回でご利用いただけます。

ナイトタイムコース

ご利用時間 月・火・木・金 17:00~22:30 (水曜日休館)
土 17:00~21:00 日・祝はご利用できません。

- | | | |
|--|---|---|
| ナイト月4コース
月4回、都合のよい日のナイトタイムにご利用いただけます。
5,000円/月(税抜) | ナイト月8コース
8回、都合のよい日のナイトタイムにご利用いただけます。
7,000円/月(税抜) | ナイト使い放題コース
ナイトタイムにできるだけ多くご利用になりたい方はこちらのコースを。
8,000円/月(税抜) |
|--|---|---|

※ナイト月4・ナイト月8・ナイト使い放題コースの方で、お車で越しの方には利用日に2時間無料駐車券(1日1回まで)を発行致します。
※バスタオルのレンタルは1ヶ月1,000円(税抜)、1回186円(税抜)にてご利用いただけます。
※設定回数を超えても1,204円(税抜)/回でご利用いただけます。

PANJO LIFE SPORTS
パンジョライフスポーツ

パンジョで習い事を始めるチャンス!!

ダンス・舞踊

NEW 初めてのフラメンコ舞踊 ●フラダンス ●ALOHA HULA ●初歩からはじめるハワイアンフラ
●タヒチアンダンス ●ジャズダンス ●大人からはじめるジャズダンス ●ストリートダンス
●ミセスのためのクラシックバレエ ●社交ダンス(初~中級) ●フラメンコ舞踊



健康

●ヨガ ●ヨーガ禅 ●太極拳 ●健美操 ●ピラティス ●スポーツ吹き矢 ●氣功で体内アンチエイジング
●中国医療氣功 ●輝き続ける女性のためのボディケアトレーニング ●卓球 ●枕体操 ●やさしいエアロ&ヨガストレッチ

ゴルフ

●ゴルフスクール(初心者) ●ゴルフスクール(初心者&ジュニア) ●ゴルフスクール(女性限定) ●ゴルフアカデミー

武道

●合気道 ●空手



無料体験
実施中!

詳しくはお問合せください。



入会特典 入会金 無料 + 夏の選べるギフトプレゼント

8/12
(土)まで

<ご入会時に必要なもの>

- | | | | | | |
|---|---------------------|----------|----------------|-----------------------------|--|
| 入会金 10,000円
(8/12(土)まで無料) | 事務手数料
3,000円(税抜) | 1ヶ月分の月会費 | 銀行通帳及び
お届け印 | 写真
(横3cm×縦4cm)
※スナップ可 | 健康診断書
(コピー可)
※クラブで定める
既往症の方のみ |
|---|---------------------|----------|----------------|-----------------------------|--|

お問い合わせは、パンジョウェルネスクラブ TEL.072-294-3178

キャンペーン期間中、入会金10,000円が無料 (8/12(土)まで)

※詳しくはスタッフにおたずねください。

<ご入会時に必要なもの>

- | | | | | | |
|---|---------------------|----------|----------------|-----------------------------|--|
| 入会金 10,000円
(8/12(土)まで無料) | 事務手数料
3,000円(税抜) | 1ヶ月分の月会費 | 銀行通帳及び
お届け印 | 写真
(横3cm×縦4cm)
※スナップ可 | 健康診断書
(コピー可)
※クラブで定める
既往症の方のみ |
|---|---------------------|----------|----------------|-----------------------------|--|

医療費控除対象

医師から運動処方箋を発行された方は、
会費が医療費控除の対象となり
運付を受けることができます。
※詳しくはスタッフにおたずねください。

法人会員募集中!

◎入会金:200,000円(8/12(土)まで無料)
◎年会費:ご利用スタイルに合わせたプランをご提案いたします。
例:A社様の場合 年会費50,000円(税抜) お問い合わせは
チケット50枚/年間 TEL.072-294-3178
利用料1,000円(税抜)