

本気ではじめる フィットネス&テニス

入会キャンペーン実施中!

FITNESS

TENNIS

今なら入会金

キャンペーン期間
9/10(土)
まで

0円

通常入会金：フィットネス 31,500円 テニス 10,500円

フィットネス・
テニスどちらも

キャンペーン期間中、ご入会された方に下記のステキな特典をプレゼント!!

小阪フィットネスクラブ

事務手数料

通常料金：
3,150円

今だけ 無料

or
サラッと
ドライタオル

お好きな絵柄を
お選びください。
※写真と異なることがあります。



小阪テニスクラブ

テニスバッグ
プレゼント

※商品により種類が
異なる場合があります。



さらに ラケット・シューズをお持ちでない方に
1ヶ月無料でレンタル

さらに 小阪テニスクラブプロショップで使える
ラケット シューズ
30%OFF 40%OFF
チケットプレゼント

HOS 小阪フィットネスクラブ TEL.06-6722-8008

〒577-0803 東大阪市下小阪2-11-1

【営業時間】
月～金 9:00～23:00 / 土 8:00～21:00 / 日・祝 8:00～19:00

【最終チェックイン時間】
月～金 22:00 / 土 20:00 / 日・祝 18:00 ※ジム・プール・スタジオのご利用は営業終了時間の30分前までとなります。

<http://www.kosakafitness.com>

HOS 小阪テニスクラブ TEL.06-6722-8005

〒577-0803 東大阪市下小阪2-8-3

【営業時間】 月～金 9:00～23:00 / 土 8:00～23:00 / 日 8:00～21:00

<http://www.kosaka-tennis.com>

経験豊富なスタッフがあなたのスポーツライフをサポートいたします!!

Fitness ホスピタリティあふれる新発想フィットネスクラブ



ジム

洗練されたデザインのトレーニングジム。業界最新鋭のマシン80台完備!有酸素マシンは全台テレビ設置。

スタジオ

豊富なジャンルのスタジオレッスン120本以上がすべて無料。

プール

2面のプール(25m×4コース・25m×6コース)で、アクアレックス・泳法レッスン合わせて60本以上がすべて無料。

Wellness System ウェルネスシステム **無料**

一人ひとりの目的に応じた運動メニューを提供。

InBody インボディ

上半身・下半身の筋肉量や左右の筋肉バランス、体脂肪量や内臓脂肪量などあなたの健康状態を正確に測定。測定結果をデータで残すことができ、一目で運動効果がわかります。



カウンセリング

InBodyの測定結果より、知識や経験豊富なスタッフと相談しながら、運動メニューを作成していきます。



TGSキー

TGSキーと言われる携帯型メモリーキーを使うことで、体重や血圧、運動によって得られる消費カロリーなどの情報が、過去の分も含め、リアルタイムに把握できます。



Studio Lesson 女性におすすめのスタジオレッスンをご紹介します!



ウェーブストレッチ

どなたにでも簡単に「ほぐす」「伸ばす」「鍛える」が同時に行えます。ウェーブストレッチリングで美しくなやかな体作りを目指します。



フットケアコンディショニング

足裏やリンパを刺激することで体内の老廃物を排出し、代謝を高めて痩せやすい体づくりを目指します。

入会金：通常31,500円(キャンペーン期間中は**無料**)

| 会員種別 | 月会費 | 利用時間 | 利用可能ゾーン |
|----------|---------------------------------------|---|--|
| プラチナ会員 | 21,000円 <small>※レンタル品すべて無料</small> | [月～金] 9:00～23:00 [土] 8:00～21:00 [日・祝] 8:00～19:00 | スタジオ フィットネスプール 温泉ゾーン(天然温泉) フィットネスセンター(ジム) |
| ゴールド会員 | 12,600円 | [月～金] 9:00～18:00 | ※フィットネス会員は北ロッカーからのご利用になります。 |
| フィットネス会員 | 9,450円 | [月～金] 9:00～23:00 | 温泉ゾーン(天然温泉) フィットネスプール・南ロッカー |
| スパ会員 | 9,450円 | [月～金] 9:00～23:00 | 温泉ゾーン(天然温泉) フィットネスプール・南ロッカー |

お申し込みにお持ちいただくものは「月会費(1ヶ月～1.5ヶ月分)」「通帳」「銀行届印」「事務手数料3,150円」です。家族割引、テニス割引など割引あり。詳しくはお問い合わせください。
※通帳は口座番号確認のためです。※施設のご利用は18歳からとなります。

Tennis 天候を気にせずいつでも快適な大型インドアテニススクール



4.5面インドアテニスコート

広々コートで開放的! 屋内テニスコートだから雨でも安心してレッスン。

クラス別レッスンプログラム

クラスのレベルがわからない方には、レベル判定レッスン(15分程度)を行います。

年少からのジュニアレッスン

年少クラスから一貫した指導体制により着実にレベルアップを目指せます。

無料体験レッスン受付中! 初めての方や初心者の方はまずは体験からをオススメします。

受付期間:9/30(金)まで

無料体験レッスン

無料体験レッスン

※ご希望の方には、テニスラケット・テニスシューズ・スポーツタオルを無料レンタルいたします。フロントへお越しの際、ミネラルウォーターをプレゼントいたします。

レッスン後

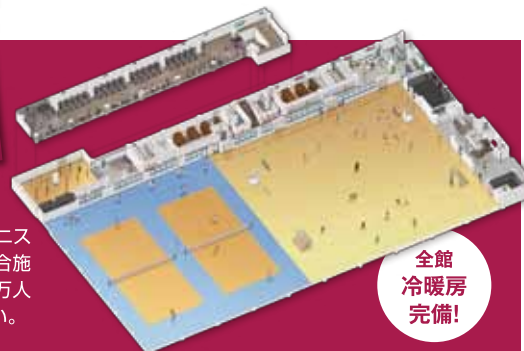
- お電話で「体験申し込み」とお伝えください。
- 初心者の方** ▶ レッスン開始10分前にフロントへお越し下さい。
- 経験者の方** ▶ レッスン開始20分前にフロントへお越し下さい。
- 担当コーチがコートまでご案内いたします。
- 担当コーチがコートまでご案内し個別レッスンをいたします。
- ご安心下さい! 基礎から上級まであなたにピッタリのクラスでレッスン体験していただけます。
- スタッフがテニスライフについてご提案させていただきます!

| 一般クラス | | ジュニアクラス | |
|----------------------|------------|------------------------|------------|
| 会員種別 | 1ヶ月/4回(税込) | 会員種別 | 1ヶ月/4回(税込) |
| 平日昼/90分 | 10,500円 | ST1(年少～小1) スポンジボール 60分 | 5,250円 |
| フリー平日昼/90分 | 11,550円 | ST2(小1～小4) スポンジボール 60分 | 6,300円 |
| 平日夜・土・日曜日/90分 | 12,075円 | K(小2～小6) ノーマルボール 60分 | 6,300円 |
| フリー全クラス/90分 | 13,650円 | J(小4～中3) ノーマルボール 80分 | 7,350円 |
| ゆうゆうクラス 80分(温泉チケット付) | 10,500円 | J(中学生) ノーマルボール 80分 | 8,400円 |
| 月2回フリークラス/90分 | 6,000円 | JP(中1～大学生) ノーマルボール 90分 | 9,450円 |

2011年11月(予定)花園に
大型スポーツ複合施設
GRAND OPEN!

HOS花園スタジアムはマシンジムエリア・スタジオ・テニスコート2面・体育館コート2面を有する大型スポーツ複合施設として11月OPEN予定です。HOS小阪地区での2万人の笑顔の実績をぜひ、花園スタジアムでご体験ください。

HOS花園スタジアム 東大阪市吉田4丁目2番16号 TEL.072-964-8005 FAX.072-964-8077



全館
冷暖房
完備!

地下1,271mより湧出した天然温泉

運動後は広大なスパゾーンでリラックス!

泉質は、ナトリウム・カルシウム・塩化物温泉。豊富な湯量を活かした、源泉かけ流しの露天風呂10種類の温泉ジャグジー・温泉を利用した歩行浴槽でリラックスできます。



天然露天風呂



ジャグジー



ジャグジー



お車の場合
□ 布施高校北側の駐車場をご利用ください。3時間無料チケットをお渡します。

電車の場合
□ 近鉄奈良線・小阪駅より東へ徒歩5分
□ 近鉄奈良線・八戸ノ里駅より西へ徒歩3分