

★ ★ ★ ご愛顧頂き、ありがとうございます ★ ★ ★

毎年9月に、「イスト」継続利用10年の方へプレミアムメンバーTシャツをプレゼントさせて頂いております。
今年より継続10年以上の方にはゴールド会員証、また継続20年以上の方にはブラック会員証を発行させていただきます。
このカードはそれぞれにささやかな特典が付いたカードとなっております。対象となる会員様には順次発行させて頂いております。ご自身の継続年数についてお知りになりたい方は、フロントまでお尋ね下さい。

休館日のお知らせ 12/30(水)~1/3(日) 冬季休館日とさせていただきます。

施設メンテナンスのお知らせ 立体駐車場への、防犯カメラ設置を予定しております。早期設置に向けて調整中ですので、今しばらくお待ち下さい。

Let's チャレンジ○○○○○

受付
開始

恒例になっております”チャレンジシェイプ”ですが、シェイプアップが目的以外の方もどしどしご参加下さい。毎日のトレーニングの刺激に、自分への”チャレンジ~”しませんか？皆様のチャレンジを私達が精一杯サポートさせていただきます。

《期間》10/8(木)~12/8(火) この期間内で、開始日と最終日を任意で決めていただけます。

《参加費》1080円 体組成測定2回つき・参加者限定イベントあり

例えば・・・★ 2ヶ月で○○km泳ぐ ★ 前屈(柔軟性)を向上させる ★ 期間中の筋トレのトータル重量 など
いつもと違った目標でトレーニングすることで、より新鮮な時間を過ごしませんか？

イベントのご案内

其の一

ハルディックウォーキングDE高取城跡を目指しま～す

《開催日》10/10(土)

《時間》【集合】9:45 近鉄壱阪山駅 【解散】14:30 近鉄壱阪山駅

《参加費》900円(レンタルポール必要な方は別途300円)

《定員》10名(最小催行人数3名)

外歩きには何より気持ちイイこの季節！

たまにはイストを飛び出して、外の空気を吸いながら身体を動かしませんか？ 同行スタッフ 木下

お急ぎ下さい
10/9(金)マデ

其の二

ハイキング

お楽しみに！

《開催日》11/11(水)

毎回好評をいただいております(?)ハイキングですが、エエ所を調整中でございます。

近日中に詳細は発表しますので、スケジュールだけ空けてお待ち下さい。 同行スタッフ 瀬川

駐車場について

大変混雑する時間帯もあり、大変ご迷惑お掛けしております。混雑時はスタッフが誘導し混雑解消に努めさせていただいておりますので、ご理解とご協力の程宜しくお願い致します。