

スポーツクラブが初めてのの方も久々の方も
お手頃価格で
始めてみませんか？

“お試し**会員**”

ご入会後
 最初の2ヶ月間! 月々
3,278円 (税込)

オプション **2ヶ月無料!**

プロテイン
 サーバー
 飲み放題 (税込)
 [通常] 3,240円/月

水素水
 飲み放題 (税込)
 [通常] 2,160円/月

見学受付中!!

※初月会費は日割り計算となります。
 ※お試し会員を適用される場合、当オプション加入が必須となります。
 ※お試し会員適用にはその他条件があります。詳しくはHPまたは店舗にご確認ください。

詳細・お申し込みはこちら

a1 笹塚

WEB入会が断然お得!!
 初費用 **1,100円OFF**



ジム・スタジオ・プール完備の総合型スポーツクラブ

スポーツクラブ
 エンターテインメント



笹塚店

東京都渋谷区笹塚1-50-1 tel.03-3481-5866

**24時間
 営業**

夏季メンテナンス休館・
 年末年始を除く

スタッフアワー

平日7:00~23:30 土9:00~21:00 日・祝9:00~20:00
 ※毎月5日・15日を除く
 ※B1F(プール・Aスタジオ・クラミングエリア・スカッシュコート・
 シャワー・お風呂・サウナ・ロッカールーム等)、
 3Fエリア(Cスタジオ等)のご利用、駐車場サービスはスタッフアワーのみとなります。

セルフ営業日

毎月5日・15日は
セルフ営業日となります。
 ※1F・2Fジムエリアのみのご利用となります。



ジム・プール・スタジオから、サウナ・エステ・整骨院まで、
身体を鍛え、磨きあげる施設がひとつになった総合スポーツクラブ

エントランスから広がる上質空間 細かい設備や多種多彩な機種へのこだわり



GYM ジムエリア



エリアNo.1の充実度!

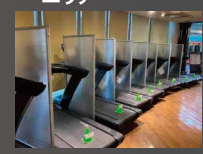
使いやすい2つのフィットネスジム

1階には筋力トレーニングを中心としたエリア、
2階には有酸素マシンを中心とした
2つのエリアをご用意しました。
お客様に合わせたフィットネスライフを
お楽しみいただけます。

1F 筋力トレーニング エリア



2F 有酸素運動 エリア



Studio スタジオ

2面のスタジオであなたをやる気にさせる
レッスンが盛りだくさん。

エアロビクス ヨガ・ピラティス ダンス グループレッスン etc.
多種多様なプログラムがあるので自分に合ったものがきっと
見つかります。楽しく気分爽快にエクササイズ。



Pool プール

スイミングはもちろん水中運動にも最適!

健康のために泳ぐ方は勿論、プールは浮力を多く得られること
により、腰や膝への負担が軽減されますのでウォーキング
や水中運動をする方、リハビリテーションをする方にお勧め
です。



LES MILLS レズミルズ

誰でも楽しめる!
それがレズミルズ・プログラム

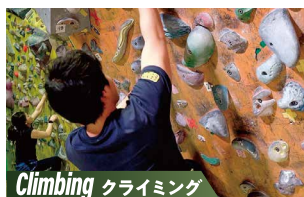
ニュージーランド生まれのオリジナルプログラム!
さまざまなプログラムをご用意しています。
3ヶ月に1度新曲をリリース!飽きずに楽しく効果
のあるレッスンです!



Hot Studio ホットスタジオ

ホットヨガ&ビューティライトで
ココロとカラダをリフレッシュ!

美肌促進、瞑想、ヒーリングなど目的に特化した
アットホームなホットヨガプログラムを多数
ご用意しておりますので、ご希望の目的や強
度のプログラムをお選びいただけます。



Climbing クライミング

総合スポーツクラブ最大級の
クライミングエリアです。

あらゆる筋肉を刺激する全身運動です。腕の
力だけで登るように思われがちですが、脚の力
やお腹の力、背中や全身を使って登って
いきます。一度体験してみてください。



Squash スカッシュ

楽しみながらストレス発散
リフレッシュ!

有酸素運動として優れている室内型ラケットス
ポーツです。1時間で700~1000kcalを消費
するといわれています。ダイエットはもちろん、ス
トレス発散にも最適なスカッシュをお試し下さい。

女性に大人気!/
キレイな身体を作るなら!
**ピラティス
グループフォーマー
会員募集!**

マンスリー-4 **13,750円**(税込)
マンスリー-8 **20,900円**(税込)

Personal Trainer

パーソナルトレーナーによる
**一人ひとりにあった
トレーニング指導**

トレーナーによる効果的な
トレーニング指導で結果を出そう!!

※詳しくはスタッフまでご相談ください

会員種別	月会費	エク スプレ ス利用	ご利用時間
まずは気軽に挑戦してみたい方へ			
お試し会員 <small>ジム・プール・スタジオ・クライミングなど全ての施設が使える</small> 利用開始月から2ヶ月間 月々3,278円 (税込)	×	平日 24時間 土 24時間 日・祝 24時間	5日・15日 ジムエリアのみ
全ての施設を使いたい方			
笹塚フルタイム会員	11,550円 (税込)	×	平日 24時間 土 24時間 日・祝 24時間
ジムエリアのみご利用したい方			
ジム24&お風呂サウナ会員	10,450円 (税込)	○	平日 24時間 土 24時間 日・祝 24時間
週に一回トレーニングしたい方			
マンスリー-2会員 月2回までご利用可能	4,400円 (税込)	×	平日 7:00~23:30 土 9:00~21:00 日・祝 9:00~20:00
定員5名のセミパーソナルレッスン!			
ピラティスグループフォーマー会員	マンスリー-8 20,900円 (税込) マンスリー-4 13,750円 (税込)	×	レッスン予約制
その他			
クライミング会員 クライミングエリアのみ利用可	3,300円 (税込)	×	平日 7:00~23:30 土 9:00~21:00 日・祝 9:00~20:00
スカッシュ会員 新規入会者限定	スカッシュコートのみ利用可 4,620円 (税込)	×	平日 7:00~23:30 土 9:00~21:00 日・祝 9:00~20:00
笹塚ゴルフ倶楽部会員 おすすめプラン	24,200円 (税込) 月会費込み4回レッスン付き	×	平日 10:00~22:00 土 9:00~21:00 日・祝 9:00~20:00
HOTスタジオのみご利用したい方			
ホットフルタイム	WEB入会 限定特典 1年間 5,500円 (税込) 通常9,900円(税込)	×	平日 7:00~23:30 土 9:00~21:00 日・祝 9:00~20:00
ホットマンスリー-4 月4回までご利用可能	8,250円 (税込)	×	平日 7:00~23:30 土 9:00~21:00 日・祝 9:00~20:00

グループ入会割引 笹塚フルタイム 10,500円(税込11,550円)がず〜っとお得!

※一人当たりの料金となります。
※笹塚店フルタイム会員が対象となります。
※A-1に一度もご在籍経験のない方が対象です。

2人同時入会で **2,000円** 割引 (税込2,200円)
3人同時入会で **3,000円** 割引 (税込3,300円)
4人同時入会で **4,000円** 割引 (税込4,400円)

ジム・スタジオ・プール完備の総合型スポーツクラブ

スポーツクラブ A-1

エンターテインメント

tel. 03-3481-5866

東京都渋谷区笹塚 1-50-1

笹塚店

見学随時受付中! お気軽にご来館ください!!

a1 笹塚 検索



※写真はイメージとなります。※今後改修などで施設内容が変更になることがあります。あらかじめご了承ください。※表示価格は全て税込価格となります。

京王線「笹塚」駅から徒歩 **4分**

駐車場完備
1時間無料

その後30分につき **200円**



入会手続きに必要なもの 下記のものをお持ちいただきお手続きください。

月会費 (2ヶ月分)	事務手続き手数料 通常5,500円	金融機関 届出印	セキュリティー 手数料 1,650円
預金通帳 または キャッシュカード	現住所の記載された 公的身分証明書 <small>運転免許証、保険証、パスポート、住民票、 特別永住者証明書、印鑑証明、いづれか1点</small>	会員証発行代 1,100~1,650円 <small>※希望者のみ</small>	
初期費用のお支払いは各種クレジットカードでお支払いいただけます。			

●月会費のお支払いについて:月会費のお支払いは、月会費の債権を弊社より三井住友カード株式会社に債権譲渡し、三井住友カード株式会社より口座振替いたします。●未成年の方は保護者の同意書が必要となります。▶刺青、ファッションタトゥ、ボディペインティングをされた方はご入会できません。