



月曜日
～
金曜日

平日

営業時間

いつも早起きで時間のある方には**朝活**がオススメ!

仕事が20時～21時に終わっても

十分な運動時間あり!

さあ 地域の皆様 ライフスタイルに変革を!

ぜひ この機会に**エルスポーツ長浜**で

健康を作りませんか?

7月1日より!



拡大!!!

オトクな今が、チャンス!

入会金無料
スペシャルキャンペーン

申込期間 7月1日(土)～7月31日(月)

通常入会金最大 ¥32,400(税込)が!

¥2,160

※ホリデイ会員の方は
¥1,080(税込)です。

入会金が、
ホリデイ会員は
さらに...
半額!

先着
50名様
限定

施設1日体験料

(税込)
¥500

営業
時間

従来の平日営業時間→10:00～22:00

8:30～23:30まで

LS エル・スポーツ長浜

SPORTS NAGAHAMA

〒526-0031 滋賀県長浜市八幡東町 131-1

0120-55-4094

www.ls-sports.jp/nagahama/

エル・スポーツ長浜

検索

見学随時受付中!!

(営業時間は裏面をご確認ください)

エル・スポーツ長浜はお客様の身体と心の健康づくりに貢献します。

トレーニングジム・フィットネススタジオ・プールで充実のひとときを...

お客様のニーズにお応え出来るプログラムを各エリアをご用意致しております。



GROUP FIGHT
ボクシング・ムエタイ等の動きで持久力アップやストレス発散に最適!! 脂肪燃焼効果で全身を引き締め、音楽に合わせてパンチやキックをカッコよく繰り出します。



GROUP POWER
バーベルを使った簡単なエクササイズで全身を引き締めます。音楽に合わせて楽しく動き、理想の筋肉を作りましょう。



ポール・ド・ブラ
コンセプトは「立って動くピラティス」。肩甲骨周辺を動かすことにより、肩こりの改善やシェイプアップ効果が期待できます。



ピラティス
姿勢矯正やシェイプUPに効果が高いピラティスの入門編です! ピラティスの基本動作をマスターしましょう!



ローラーストレッチ
ストレッチボールを使い背骨を自然なカーブへ導くストレッチです。姿勢改善や肩こり解消に効果的。心身共にリラックスできます。



アクアバイク
水中で行うエアロバイクです。心肺機能向上、自律神経改善に効果的。音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。



ホースDE アクア
棒状の浮具を使い、リズミカルな水中エアロバイクや筋力トレーニングを行います。持久力アップやシェイプアップに効果的。



水中ウォーキング
水中で様々なウォーキングを行います。心肺機能向上・筋力アップ・関節改善に効果的。



泳法ワンポイント
初めての方から、更なる上達を目指す方まで、個々に応じた4泳法のポイントをアドバイスいたします。



熱波浴
熱した石に水をかけ、サウナ内をすっきりとしたユーカリの香りに満たされます。血行促進や脂肪燃焼に効果的。

※上記プログラムは一例です。

ゆとりの施設で、最上のフィットネス



ドイツ基準の清潔な水のプール

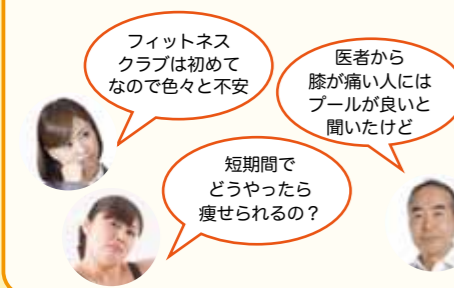


豊富なマシンのトレーニングジム



落ち着きのある雰囲気スタジオ

SPECIAL SUPPORT エル・スポーツ長浜 スペシャル サポート



安心して下さい! エル・スポーツではあなたの目的に合わせた運動方法を専門インストラクターがご提案します。

施設相互利用 が、出来ます! **エル・スポーツ長浜** **エル・スポーツ彦根** 左記会員様は両施設をご利用頂けます。
※利用料金等詳しくはお問い合わせください。

充実のクアゾーンで、最上のリラクゼーション



露天風呂感覚の開放的な屋外ジャグジー



無数の気泡で包み込む屋内ジャグジー



集中気泡とうたせ湯効果のあるアクアマッサージ



身体も心もリフレッシュできるサウナ



ボディメイク・ケアを行うコンディショニングルーム



プロの手さながらのマッサージチェア

エル・スポーツ長浜 会員料金システム

会員種別	入会金	入会金 (消費税込み)
個人会員	¥32,400	▶ ¥2,160
デイトタイム会員	¥10,800	▶ ¥2,160
ホリデイ会員	¥10,800	▶ ¥1,080
スチュアデント会員	¥10,800	▶ ¥2,160

※登録事務手数料込み

月会費	ご利用条件	利用料
¥8,640	営業時間内、全施設をご利用いただけます。	¥216
¥7,560	10:00~17:00の間にチェックイン(日曜日不可)	
¥5,400	土・日・祝日の営業時間内、全施設をご利用いただけます。	
¥6,264	1名	¥216
¥5,724	2名	
¥5,184	3名	

※表示価格は全て税込価格です。当クラブは16歳以上(高校生可)の方に限ります。

お得!! 利用料の使い方

【フリーパス制度】
ご購入から1ヶ月に何回利用しても、2,160円です。月に10回以上ご利用される方はお得!!
※スチュアデント会員は1ヶ月1,620円です。

ご入会に必要なもの

入会金 (登録事務手数料込み) + 月会費 2ヶ月分 (15日以内の入会は初月度月会費半額) + 銀行口座 お届け印 (銀行、信用金庫、信用組合、農協、ゆうちょ銀行のいずれかの通帳) + ご本人 証明書 (免許証・保険証) + 写真 2枚 (3cm×4cm)

※料金システムの表示価格は全て税込価格です。 ※会員資格は16歳以上の男女。(高校生可)

万が一ご満足いただけない場合 14日間返金保証

クラブを利用されてご満足いただけない場合に、入会金・登録料・月会費を返金いたします。
※ご利用可能日から14日以内にお手続きください。
※手続きの際に領収書が必要となります。
※1回以上の利用が条件となります。(0回利用は対象外)
※利用料、用品、パーソナル指導料金は返金の対象外となります。
※クラブ会員に新規でご入会いただく方。(過去会員で再入会の方は対象外)

エル・スポーツ長浜

0120-55-4094
〒526-0031 滋賀県長浜市八幡東町131-1
www.ls-sports.jp/nagahama/

営業時間 ●月～金 / 8:30～23:30 ●土 / 10:00～21:30 ●日・祝 / 10:00～20:00
休館日 ●毎月15日と末日(2月除く) ●年末年始及び夏期休館日

無料駐車場完備