2013 ニューイヤー0円キャンペーン!

紹介特典コース

対象者 水夢館会員様と紹介された新規会員様

特典 新規会員様…月会費が1か月0円
水夢館会員様…素敵な景品をプレゼント!

申込方法
STEP1→ 水夢館会員様は新規入会者様を紹介します。
STEP2→ 新規入会者様が入会手続きをします。
（初回月会費1か月分をお支払いください）
STEP3→ 申込完了です!

新規特典コース

対象者 水夢館に入会希望の新規会員様
（1名様からOK!）

特典 月会費が1か月分0円

申込方法
STEP1→ 新規入会者様が入会手続きをします。
（初回月会費1か月分をお支払いください）
STEP2→ 申込完了です!

対象会員
●マスター ●健康運動教室 ●健康ボウリング教室 ●産後ビクス ●幼児・学童水泳教室
●キッズダンス ●ベビースイミング ●バレーボール教室

※水夢館を利用の際は、別途施設利用料が掛かります。ご利用の頻度に応じて、1回利用券、または1か月利用券をご購入下さい。
※水夢館会員様とは、平成24年12月・平成25年1月両月に在籍しているお客様です。
※入会特典の月会費1か月分0円は、平成25年2月または3月分からお選びください。
※お申し込み時に月会費を現金にてお支払いください（サイモンズポイントは併用できません）。
※キャンペーンでの特典の相当額や景品等を換金、またはサイモンズポイントへの付与はいたしません。
※水夢館会員様が別会員を追加入会する場合、初回月会費を満額でお支払いいただきます。

キャンペーン特別教室開催!

どちらの教室も利用しやすい全8回コース!
1回だけの受講もできます。

	全身変身教室	今年こそチャレンジ!ヨガ入門
内容	テーマに合わせた筋トレ教室です。 気になる部分を引き締めて、全身を変身させてましょう! 『たるんだ二の腕おさらば』…1/5・1/10 『昔のバディーによみがえる』…1/12・1/17 『突き出たおなか、諦めないで!』…1/19・1/24 『美脚になろうよ』…1/26・1/31	はじめての方でも安心して受講できる、 やさしいヨガです。 『ヨガを知ろう!』1月8・9日 『首・肩こり解消ヨガ』1月15・16日 『腰痛解消ヨガ』1月22・23日 『心身ともにリラックスヨガ』1月29・30日
時間	土曜日13:00～14:00（5・12・19・26日） 木曜日19:30～20:30（10・17・24・31日）	火曜日14:00～15:00（8・15・22・29日） 水曜日19:45～20:45（9・16・23・30日）
場所	水夢館Bスタジオ	水夢館Aスタジオ
担当	岡田　義久	吉田　麻美
対象・定員	満16歳以上　15名	
会費	全8回　一般2,100円　会員1,050円／1回ごと 780円（現金でお支払いください）	
利用料	300円／回　1,800円／月（大学・一般料金　他お問い合わせください）	
特典	他通常会員へ変更し継続して水夢館を利用する場合、平成25年2月の月会費を0円にいたします	

1日マスター会員

内容	1月3日のみトレーニングジム・プールの利用やマスター向けレッスンを受講できます
日時	平成25年1月3日　10時～18時
受講料	1,050円（利用料込）（現金でお支払いください）

1月3日のマスター向けレッスン

時間	レッスン	場所
10:00～11:40	100分　引き締めエクササイズ 2013年最初のレッスンは、なんと100分筋トレします!おなかと太ももを中心に、気になる部分を徹底的に引き締めます!	Aスタジオ
12:00～12:45	JOYリズム 映像を利用した最新フィットネスプログラムです!最新のあの曲や懐かしのあんな曲を、口ずさみながら楽しくエクササイズ!	Aスタジオ
13:00～13:45	ステップ 踏み台昇降運動です!上って降りるだけでマラソンと同じ運動効果です。箱根駅伝に負けるな!!	Aスタジオ
14:00～14:50	アクアビクス プールで行なう有酸素運動です。音楽に合わせて脂肪燃焼! バランス向上!膝や腰の負担も軽くなりますので、安心して体を動かせます	プール

スクール1回お試し体験

内容	受講料0円で水夢館のスクールを体験できます
受講料	0円
対象	健康運動教室、健康ボウリング教室、産後ビクス、 幼児・学童水泳教室、キッズダンス、ベビースイミング、 バレーボール教室
申込方法	必ず体験希望前日までに水夢館へご連絡ください。 教室に空きがある場合はそのまま予約していただきます。 （前日が休館日の場合は、メールにてご連絡ください）

＊当日のお申し込みはお受けいたしません。
＊水夢館で体験に参加する場合、専用利用料が掛かります。また、健康ボウリング教室では、貸し靴代300円が掛かります。
＊体験はお1人様1回限りとさせていただきます。
＊幼児水泳教室では水慣れ、学童水泳教室では浮付き板キック25mの教程を体験します。
＊各スクールに必要な用具等をご用意下さい。

からだにやさしく効果的に

からだを変える大人の短期教室 6ヵ月連続開催中!【今月は…】

やせるスイミング教室

内容	脂肪燃焼を目的とした水泳教室です。（泳法習得ではありません）
期日	①平成25年1月9・16・23・30日・・・　毎週水曜日全4回 ②平成25年1月4・11・18・25日・・・　毎週金曜日全4回
対象・定員	16歳以上　各15名（先着順）
場所	水夢館競泳プール
時間	①11:00～12:00　60分クラス ②19:30～20:30　60分クラス
会費	一般／3,150円　複数会員／2,100円
利用料	300円／回　1,800円／月（一般・大学　ほかお問合せ下さい）
担当	桜井　直子

からだを変える 大人の短期教室 6ヵ月連続開催中!【今後のラインナップ】
2月 12R（ラウンド）ファイティングボクシング　3月 ヨガ

プレゼントレッスンに登場!! 1月からのNEWレッスン!!

太極舞（たいきょくまい） 太極拳・中国の伝統武術・民族舞踊の要素を取り入れたフィットネスエクササイズ。

ウェーブストレッチ モデルや女優・プロのアスリートも注目!!『波型ウェーブストレッチ・リング』を使って"心地よく頑張らない"ストレッチ。

水夢館開館スケジュール

1月3日
特別開館（10時～18時）
●ニューイヤー0円キャンペーン、スクール1回お試し体験申込開始!
●1日マスター会員実施!
●スクール休講日

1月4日～
●通常開館開始（10時～21時）
●各スクール開始!
●1回お試し体験開始!
●キャンペーン特別教室『全身変身教室』スタート!

1月8日～
●キャンペーン特別教室『ヨガ』スタート!

■開館時間10:00～21:00　■毎週月曜休館（祝日以外）
●今年も水夢館から目が離せない!!詳しくは水夢館ホームページをご覧ください

SYMONS

WEBでポイントを貯めて水夢館で使おう!

水夢館では会員カードとしてサイモンズポイントシステムを導入しています。会費や利用料、売店で利用できるほか、市内や全国の加盟店で利用する事ができます。また、サイモンズWEBサイトのポイントモールで貯めたポイントを、水夢館で利用する事もできます! 上手に貯めて、健康づくりに活かしましょう!

市内加盟店：
◆稚内サンホテル様　◆北の味心　竹ちゃん様
◆メガネのプリンス稚内新光店様より耳寄り情報!!
『2013新春セール開催!店内全品お値引き価格!ポイント活用で更にお買い得!（1/6まで）』

※この広告の内容につきましては温水プール水夢館までお問い合わせください。