



2020年、  
 カラダの悩みは  
 セイカで解決!

# 新春キャンペーン

1/31(金)まで

入会金 **0** 円  
通常 7,000円+税

## コース料金

	会員	月会費	利用時間
スポーツクラブ	マスター	¥10,000+税	4店舗の全営業時間
	フリー	¥8,800+税	全営業時間
	デイトム	¥7,200+税	月~土 7:00~17:00(祝日除く)
	ウィークエンド	¥5,800+税	土 7:00~22:00 日 祝 9:00~21:00(第2・4日曜除く)
	モーニング	¥5,800+税	月~土 7:00~10:30(祝日除く)
アクアクラブ	スチューデント <small>中学生から高校生まで (学生証の提示が必要です)</small>	¥7,300+税	月~土 7:00~21:00 日 祝 9:00~21:00
	アクアクラブ	¥7,200+税	全営業時間
	アクアデイ	¥6,200+税	月~土 7:00~17:00

※3ヶ月以上の在籍が必要となります。

※スポーツクラブは、別途会員登録料3,000円+税、アクアクラブは、別途年会費2,000円+税が必要になります。

皆様の健康づくり・幸せづくりを応援します

セイカスポーツクラブ AMU PLAZA

TEL. 099-255-4051

〒890-0053 鹿児島市中央町1-1 ○営業時間 (月~金) 7:00~23:00 (土) 7:00~22:00 (日・祝) 9:00~21:00 ○定休日 第2・第4日曜日

初期費用  
 クレジット  
 払いOK



WEB入会受付中

セイカスポーツクラブ 検索





# セイカだから楽しく続けられる

## 理想のカラダに近づく マシンジム

人間工学に基づく研究開発から生まれた最新トレーニングマシン完備。

### ストレッチマシン



しなやかに機能的なカラダを戻す、伸ばす、可動域を広げる、次世代ストレッチマシン。カラダを伸ばすことで代謝が上がり、痩せやすいカラダになります。

### 筋トレマシン



痩せやすい、リバンドしにくい、引き締まったバランスの美ボディ。筋トレにより美しく健康なカラダ作りができます。適正な負荷や回数で短時間で効果があります。

## 楽しく続けられる多彩なプログラム

### ボディコンバット

エキサイティングでパワフルに心と身体に楽しい刺激!



ボクシング・キックボクシング・テコンドー・空手・ムエタイなどの動きを、エネルギー溢れる音楽で振り付けされた、有酸素運動です。

### 脂肪バイバイ

心と身体を心地よくリフレッシュ!



水中で無理なくマイペースに、水の抵抗を感じながら全身をバランスよく鍛え、メリハリのある美ボディを作ることができます。

## 癒しの空間

癒しのリラクゼーションスペースで心もカラダもリフレッシュ!



浴室は温浴・水風呂・ドライサウナ・ミストサウナ(女性のみ)でリラックス効果抜群。日頃の疲れを癒しましょう。

**入会金 0円** **ジュニアスイミング** **お得なパック料金**

年会費 2,000円(+税) 水着 5,000円(+税) キャップ 500円(+税) スクールバッグ 2,800円(+税)

10,300円(+税)が **パック料金 5,500円** (+税)

## ジュニアスイミング



会員	入会金	年会費	月会費
週1回コース			5,600円+税
週2回コース	<del>5,000円+税</del>		7,100円+税
週3~6回コース	0円	2,000円+税	8,300円+税
ベビー月2回コース			3,200円+税

※1クラス1時間・振替制度あり(但し、ベビー月2回コースは振替制度なし)  
※対象者/3才~高校生

月~金	土
ベビースイミング 火・水・金 13:30~14:30	学童・幼稚園クラス 14:00~15:00
キッズ 月・火・木・金/15:00~16:00 幼稚園クラス/15:00~16:00	学童・幼稚園クラス 15:10~16:10
学童・幼稚園クラス 16:10~17:10	学童・幼稚園クラス 16:20~17:20
学童・幼稚園クラス 17:25~18:25	選手育成クラス 17:25~18:25
選手育成クラス 18:25~19:25	

※ベビースイミング対象年齢/生後6ヶ月~3才未満、保護者も一緒に入水  
※キッズ/3才児  
※4才以上の園児は学童クラスでも受講できます

## はじめての方も安心の万全サポート

お客様のご希望と、体力レベルに合わせてプログラムや運動メニューなど、専門スタッフがアドバイスいたします。

- 1 初回利用説明会**
- 2 体組成測定**
- 3 カウンセリング**
- 4 30日後面談**

## 目的に合わせたプログラムが充実

### 引き締め

LesMills CXWORX

鹿児島初!

### 筋力アップ

LesMills BODYPUMP

### しなやかさ

ヨガ

短時間、短時間で強く引き締まった身体を作ることができます。また、お腹やお尻を引き締め、体幹の筋肉を機能的に強化することで、怪我の予防にも役立ちます。

多くのカロリーを燃焼させ、全身をシェイプアップしてメリハリをつけ、体幹力を増加させ、丈夫な骨を手に入れ体の健康を向上します。一人よりも楽しく筋トレができます。

癒しのヨガから身体を鍛えるヨガまで様々なプログラムを用意しています。ヨガは、健康増進や精神安定はもちろん、しなやかに美しいカラダのラインを作ってくれます。

### ご入会に必要な物

- 入会金+年会費(スポーツクラブ会員は不要)+会員登録料(スポーツクラブ会員のみ)+月会費(2ヶ月分)
- 身分証明書
- 引落口座の通帳とお届印またはキャッシュカード ◎指定口座=ゆうちょ銀行・鹿児島銀行・南日本銀行・鹿児島相互信用金庫
- ご入会受付時間 平日10:00~21:00/土曜日10:00~20:00/日・祝日10:00~19:00

※初期費用のみクレジット決済可 ※手続き時に写真撮影を行います。

**入会金 0円** **お得なパック料金** **その他ジュニア** (ブレイクダンス・ヒップホップ・チアダンス・バレエ・体育教室)

年会費 2,000円(+税) スクールバッグ 2,800円(+税)

4,800円(+税)が **パック料金 2,000円** (+税)

## ブレイクダンス

自由に、個性的に自分を表現する力を養う

料金・定員 週1回 5,600円+税 各クラス20名

曜日・時間 ◆火曜日17:30~18:15

講師 井上博幸 全米TVネットワーク日本大会Winners優勝

指定用品:スクールバッグ2,800円+税

## ヒップホップ

楽しく踊り音感・リズム感を養う

料金・定員 週1回 5,600円+税 各クラス20名

曜日・時間 ◆土曜日16:20~17:05

指定用品:スクールバッグ2,800円+税

## チアダンス

ダンスの技術やチームワークなどチアスピリットを習得

料金・定員 週1回 5,600円+税 各クラス30名

曜日・時間 ◆低学年クラス(5才~小3) 木曜日16:10~17:10  
◆高学年クラス(小3~中3) 木曜日17:25~18:25

プロデュース 長井英子 NPO法人ヘルスプロモーションがこま理事

指定用品:Tシャツ800円+税、ポンポン1,637円+税、スクールバッグ2,800円+税

## バレエ (白鳥バレエ指導)

基礎や基本姿勢を習得し、均整の取れたカラダづくり

料金・定員 週1回 5,600円+税 週2回 7,100円+税 各クラス20名

曜日・時間 ◆低学年クラス(年中~小3) 木曜日 16:10~17:10  
◆高学年クラス(小3~中3) 火・木曜日 17:25~18:25

男子歓迎 ●指定用品:スクールバッグ2,800円+税  
●レオタード、バレエシューズ、タイツはセイカでも購入できます。

## 体育教室

体を動かすことが好きになる!! 跳び箱・鉄棒・なわとびなどを使い、基礎体力の向上を目指します

料金・定員 週1回 5,600円+税 週2回 7,100円+税 各クラス20名

曜日・時間

- ◆幼稚園クラス(3才~年長) 水・金/15:00~16:00
- ◆低学年クラス(小1~小3) 水・金/16:10~17:10
- ◆高学年クラス(小2~小6) 水・金/17:25~18:25

指定用品:Tシャツ800円+税、スクールバッグ2,800円+税、スポーツ保険800円/年1回/4月更新

### 無料送迎バス

バス運行状況をインターネットやメールでお知らせするバスキャッチサービスのご案内

スクールバスをもっと便利に快適に! スマートフォンや携帯電話、パソコンから運行状況がわかる!

まもなくバスが到着します!

無料送迎バス 詳細はこちら

- 鴨池・荒田線
- 武岡・明和線
- 紫原・唐湊線
- 吉野・大明ヶ丘線
- 西陵線
- 玉里・伊敷・永吉線