

フィットネス&スパ

ココカラ | 相模大野

cocokara

ココロとカラダの健康づくりはココカラ始める!!

スタート応援キャンペーン!

2ヶ月会費合計 2,025円 (税込)

さらに登録料無料!! 通常5,500円(税込)

締切 1/31 (金) ※店頭手続きは 21:00まで

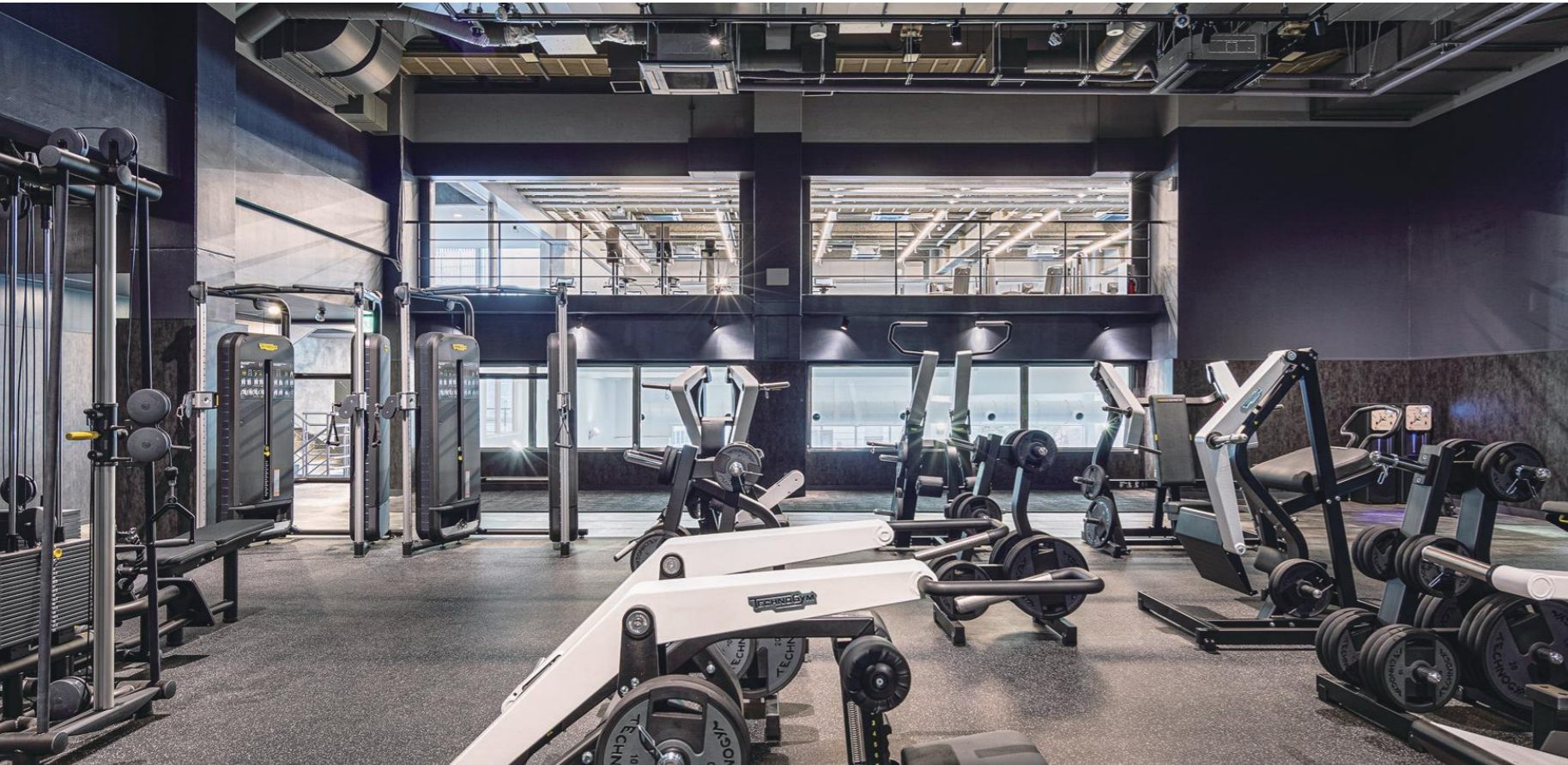
※利用開始日から6ヶ月間のご在籍が条件になります。 ※再入会の場合は、退会後3ヶ月以内はキャンペーン対象外となります。

ご家族・ご友人と一緒に最高のトレーニングを! 是非一緒にご来館ください 同伴ビジターカード 2枚プレゼント!!

紹介キャンペーン実施中! Amazonギフトカード 紹介者様、入会者様ともに 1,000円分プレゼント!!

みなさまの始めたいタイミングに合わせて 利用開始日を決められます!! 2月から、3月からの 利用開始でもOK!!

スタート応援パック レンタルBOX 各種フリーパス 利用料2ヶ月分無料!! ※3ヶ月以上のご継続が条件になります。



4F トレーニングジム 24h 有酸素マシンは50台以上! 待ち時間も少なく快適! ウェイトマシンは初心者にも扱いやすいラインナップ!

3F・4F スタジオ・アリーナ エンジョイアリーナ アリーナでもボクササイズやダンスを開催! 大人数が参加するから盛り上がる!

3F フリーウェイト 24h 地域最大級のフリーウェイトエリアは24時間使い放題

2F スパエリア 大型スパ 広々空間でのんびりリラックス! お風呂だけの利用も大歓迎です! タワーサウナ 高温熱気の中でゆっくりと気持ちよく汗をかける本格的な大型サウナ!

2F プールエリア スイミングプール 屋内プールだから年中水温が一定で使いやすい! アクアビクスや水泳レッスンもご用意しております。 マッサージプール お仕事帰りのリフレッシュにも! 泳いだ後の一休みにも!

1F ラウンジ・パーソナルルーム ラウンジ ご友人との情報交換や、トレーニング前後の休憩にも! Free Wi-Fi、コンセント設置 パーソナルルーム 有料 誰にも邪魔されない個室トレーニングルーム!

相模大野駅 南口より徒歩3分 TEL.042-702-9290 営業時間 ● 平日 9:30~23:00 / セルフ 23:00~翌9:30 ● 土日祝 9:30~21:00 / セルフ 21:00~翌9:30

24h

24h

24h

24h

24h



# ココカラは1,200坪超の 大人が存分に楽しめる、次世代型スポーツジム!!

ココロとカラダの健康づくりはココカラ始める!!  
**スタート応援キャンペーン!** **2ヶ月会費合計 2,025円** (税込)  
**登録料無料!!** (通常5,500円(税込))  
※利用開始日から6ヶ月間のご在籍が条件になります。※再入会の場合は、退会後3ヶ月以内はキャンペーン対象外となります。

**約250坪で24時間利用可能!**  
**毎日でも来たくなる  
非日常体験**

**24h トレーニングジム**  
 有酸素マシンは50台以上! 待ち時間も少なく快適!  
 ウェイトマシンは初心者にも扱いやすいラインナップ!

**スイミングプール**  
 屋内プールだから年中水温が一定で使いやすい!  
 アクアビクスや水泳レッスンもご用意しております。

**25m×7コースの  
大人だけのアクアリゾート**

マッサージプール

**大型スパ**  
 広々空間でのんびりリラックス!  
 お風呂だけの利用も大歓迎です!

水道・ガス・電気代の節約に!

**ととのう、癒される。  
足を伸ばしてゆっくり入れる  
スパ&サウナ**

タワーサウナ  
 高温熱気の中でゆっくりと気持ちよく汗をかける本格的な大型サウナ!

**24h 大型スタジオ**  
 オンラインでレッスン予約ができるので、余裕をもって参加出来ます。  
 更に映像レッスンも提供中!24時間レッスンを楽しめます。

**プログラムは  
週に170本以上の圧倒的多数!  
球技スポーツも開催中!**

レッスンは  
こちらから  
ご予約出来ます

**エンジョイアリーナ**  
 アリーナでもボクササイズやダンスを開催!  
 大人数が参加するから盛り上がる!

**24h 24H対応シャワールーム**  
 ドライヤーもおり落ち着いて身支度ができます

**パーソナルルーム 有料**  
 誰にも邪魔されない個室トレーニングルーム!

**完全個室!**  
**パーソナルトレーニング**  
 60分5,500円(税込)

**パーソナルルームや個室シャワーで  
1人でも安心して使える!**

**Ready to  
フィットネス** **30分  
無料**

**ジムの使い方、トレーニングの不安を  
トレーナーがマンツーマンで解消!**  
 トレーナーが皆様の目的に合わせたジムの使い方、  
 トレーニング方法をお伝えします!  
 Ready to フィットネスを受けて正しいトレーニングの  
 方法を身に付けていきましょう!

1 トレーナーが目標や  
お悩みをカウンセリング

2 内容に沿ったマシンや  
種目をご提案

3 実際にトレーナーが  
正しいフォームをお伝えします

**充実したフィットネスライフを  
さらに快適にする無料サービス**

**体組成成分測定器  
InBody**  
 体成分測定[InBody]  
 スマホアプリで体成分の変化を分析  
 数値管理で理想のカラダを  
 目指しましょう

いつでも  
測れます

**音声コーチアプリ  
Beatfit**  
 ジムで1人でも、  
自宅でも、屋外でも  
あなた専用の  
スタジオレッスン

Google  
ベストオブアプリ  
2019受賞!

利用者  
45万人以上

お客様満足度  
95%

**ROウォーターサーバー**  
 カラダに優しい超軟水ピュアウォーターでキレイ生活を始めよう

クラブ内で 運動時の水分補給に 不純物がなくカルシウムに吸収されやすい  
 プロテインを溶かす 超軟水で粉も溶けやすい

ご自宅で 料理やご飯を炊く、雑味なくコーヒー豆本来の味を楽しめる

**マシンピラティススタジオ  
rollUP pilates studio**

**少人数制グループレッスンとパーソナルで  
しなやかで美しいカラダに**

ピラティスに精通した経験豊富なインストラクターが高品質な専用マシンを使用して、  
 きめ細やかなサポートを行います。  
 「ピラティスをもっと身近に!」をモットーにあなたの理想のカラダづくり  
 を叶えます!

無料体験  
受付中  
 詳しくはホームページを  
ご覧ください

ココカラ相模大野とは別料金となります。月4回コース10,450円(税込)~

**ココカラの会員様の声です。みなさんも始めてみませんか?**

T様 ●30代男性(会社員)  
 いつも仕事終わりで利用しています。バーベルを使った筋トレのクラスに毎週参加しているおかげで体型も引き締まってきました。次はボクササイズに参加する予定です。広々とした浴槽やサウナがあるのも魅力的です。

Y様 ●40代女性(専業主婦)  
 子ども達が学校へ行っているお昼過ぎに利用しています。ヨガのクラスに参加しています。ヨガは初めてでしたが、先生も親切丁寧に教えてくださり、今では中級クラスにも挑戦中です。心身ともにリフレッシュできています。

M様 ●60代男性(定年退職)  
 仕事人間だった私が新しい趣味を始めようとしていたところこちらのクラブと出会いました。卓球のクラスで新しい仲間ができました。筋トレのマシンも簡単で、年齢に負けない健康的なライフスタイルを得られました。孫の抱っこも任せてください。

## ライフスタイルに合わせて多数の会員プランをご用意しております

いつでも使えて人気No.1!  
**24hレギュラー会員**  
**11,550円** /月(税込)

通常利用時間 セルフ利用時間  
 平日 9:30~23:00 平日 23:00~9:30  
 土日祝 9:30~21:00 土日祝 21:00~9:30  
[毎週木曜休館]

35歳以下の方はさらにお得!  
**24hレギュラーU35会員**  
**9,350円** /月(税込)

通常利用時間 セルフ利用時間  
 平日 9:30~23:00 平日 23:00~9:30  
 土日祝 9:30~21:00 土日祝 21:00~9:30  
[毎週木曜休館]

朝や昼間の時間を有効活用!  
**デイタイム会員**  
**9,350円** /月(税込)

通常利用時間 セルフ利用時間  
 平日 9:30~17:00 平日 23:00~9:30  
 土日祝 9:30~17:00 土日祝 21:00~9:30  
[毎週木曜休館]

25歳以下の方が登録出来るお得なプランです!  
 全エリア営業時間中いつでもご利用いただけます

**24hレギュラーU25会員 8,250円** /月(税込)  
※26歳になった翌月からU35会員へ自動で変更となります

プールエリア・スパエリアを  
お得意に利用したい方向け

**プール・スパ会員** **9,350円** /月(税込)

プール/スパ利用開始30分前まで利用可能 [スパ]セルフ利用開始15分前まで利用可能

相模大野駅 南口より徒歩 **3分**  
 とっても通いやすい  
 クラブ専用駐車場と駐輪場を完備!

クラブ専用  
駐車場  
**21台**

提携  
駐車場  
**66台**

ココカラ

自宅からでもスマホ1つで!  
**かんたんWeb入会**

いずれかのクレジットカードをご用意ください  
 VISA Mastercard JCB Diners Club

クラブフロントの場合  
 ●現住所と一致する身分証(免許証、保険証など)  
 ●クレジットカード  
 ●2ヶ月合計の会費2,025円(税込)  
※メールアドレス必須※顔写真の撮影あり

フィットネス&スパ **ココカラ** | 相模大野 |  
 〒252-0303 神奈川県相模原市南区相模大野7-19-1 [毎週木曜定休]  
 営業時間 平日 9:30~23:00/セルフ 23:00~翌9:30  
 土日祝 9:30~21:00/セルフ 21:00~翌9:30  
**TEL.042-702-9290**