

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ヶ月間総額 2,980円 (税込)

登録料無料!! 通常5,500円(税込)

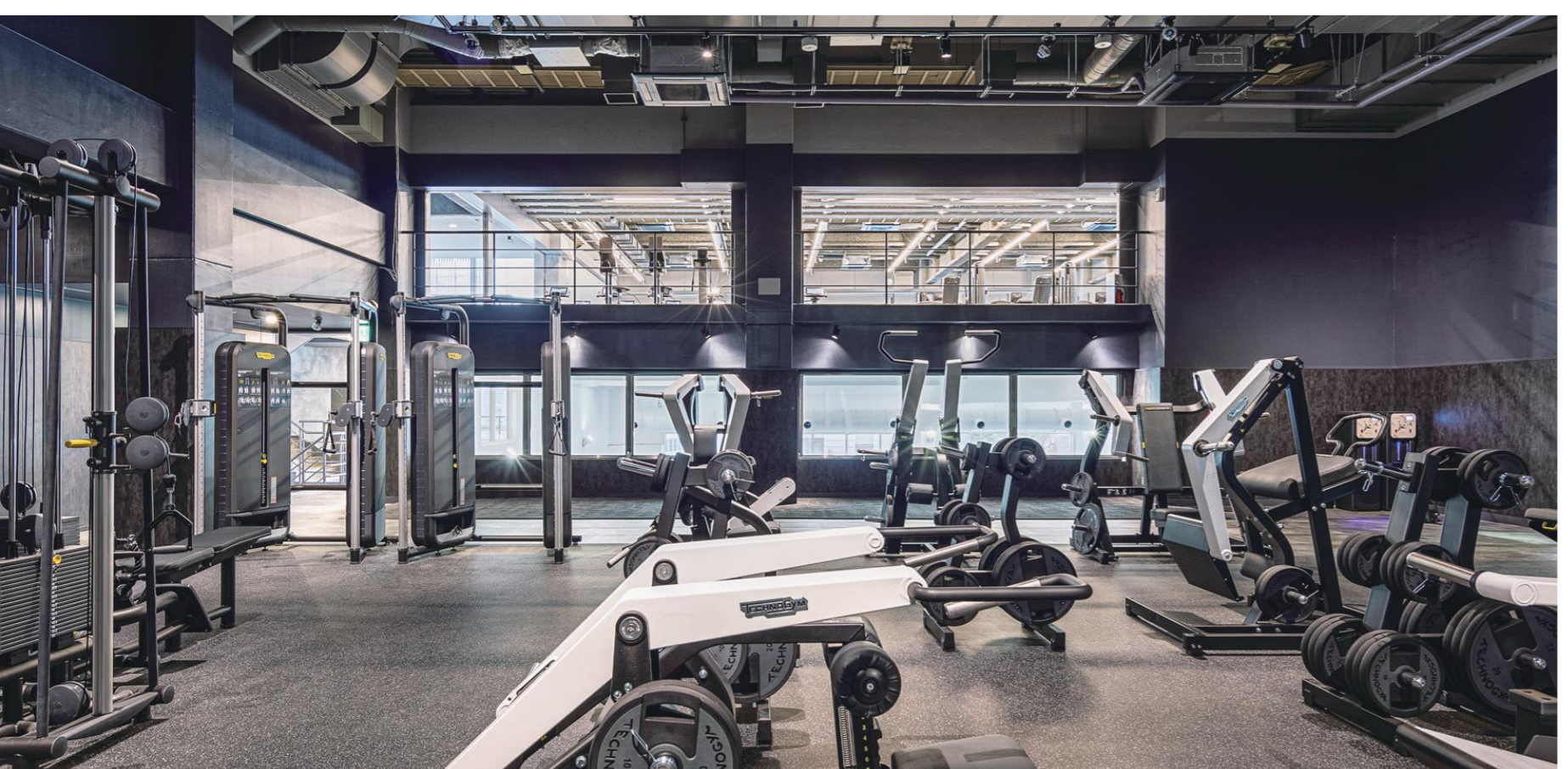
締切 3/16日 ※店頭手続きは 19:00まで

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!! 4月から、5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。



Grid of facility photos and descriptions including Training Gym, Studio/Arena, Free Weights, Spa Area, Pool Area, Lounge/Personal Room, and Rental Boxes.

相模大野駅 南口より徒歩3分 TEL.042-702-9290 相模大野ココカラ 252-0303 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



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ヶ月間 **総額 2,980円** (税込) ※登録料無料!!

通常5,500円(税込)

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!! **4月から、5月からの利用開始でもOK!!**

**レンタルBOX 各種フリーパス 利用料2ヶ月分無料!!**

**締切 3/16日** ※店頭手続きは19:00まで

※利用開始日から6ヶ月間のご入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。 ※3ヶ月以上のご継続が条件になります。

大人が存分に楽しめる! 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をココカラで

25m×7コースの大人だけのアクアリゾート! 塩で殺菌しているから水質も透明度も抜群!



**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つけましょう!!

- 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

**FREE Wi-Fi**

体組成成分測定器 **InBody**

体組成測定「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

**フィットネスライフをさらに快適にする無料サービス**

**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

**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

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

少人数制グループピラティス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)~

**夢中になれるプログラムレッスン! 週に170本以上の圧倒的本数!**

LESSONはこちらでご覧頂けます

**FIGHT DO** 様々な格闘技の動きで有酸素運動と無酸素運動を組み合わせて全身持久力の向上を目指すプログラム!

**RADICAL POWER** パーベールとプレートを使用したアスレチックトレーニング理論に基づく全身筋力向上を目指すプログラム!

**MEGADANZ** 世界の様々なダンスジャンルが集結したメガ級の楽しさを体感できるダンスフィットネスプログラム!

**UBOUND** ミニトランポリンの弾力面を使用する高強度目撃安全性の高いエクササイズプログラム!

話題沸騰中の新球技 **ピックルボール好評開催中!**

**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!**

<p>いつでも使えて人気No.1!</p> <p><b>24Hレギュラー会員</b></p> <p>11,550円/月(税込)</p> <p>通常利用時間 平日 9:30~23:00 土日祝 9:30~21:00</p> <p>セルフ利用時間 平日 23:00~9:30 土日祝 21:00~9:30</p> <p>【毎週木曜休館】</p>	<p>35歳以下の方はさらにお得!</p> <p><b>24HレギュラーU35会員</b></p> <p>9,350円/月(税込)</p> <p>通常利用時間 平日 9:30~23:00 土日祝 9:30~21:00</p> <p>セルフ利用時間 平日 23:00~9:30 土日祝 21:00~9:30</p> <p>【毎週木曜休館】</p>	<p>朝や昼間の時間を有効活用!</p> <p><b>デイタイム会員</b></p> <p>9,350円/月(税込)</p> <p>通常利用時間 平日 9:30~17:00 土曜 9:30~17:00 祝日 ご利用いただけません</p> <p>セルフ利用時間 ご利用いただけません</p> <p>【毎週木曜休館】</p>	<p>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</p> <p><b>24HレギュラーU25会員</b></p> <p>8,250円/月(税込)</p> <p>※26歳になった翌月からU35会員へ自動で変更となります</p>
--	--	--	--

**プール・スパ会員** 9,350円/月(税込)

プールエリア・スパエリアをお得にご利用したい方向け! **アクアプログラムの参加OK**

【プール】セルフ利用開始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

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

**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!

**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!

シャワーブース

ロッカールーム

パウダールーム

大型スパ シャワーヘッドはReFa製品を使用

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, UnionPay

ココカラ相模大野

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2,980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  
土曜 9:30~21:00 / セルフ 21:00~翌9:30

TEL.042-702-9290