

2020 spring!

すべてのフィットネスが柔軟にできる! 総合フィットネスクラブ

Start fitness

2020
February
March
April
May

世界最高レベルのワークアウトシステム!

TRX® 3D

究極のコアトレーニング!

アクロでスタート
フィットネス!

施設まるごと使いたい放題! もちろんレッスンも!

理想の
ボディを
手に入れろ!

学生必見! オトクな
学生ビジター会員募集
1回利用料 衝撃の **500円!!** (税別)
施設使いたい放題!
LINE@お友達登録で▶
利用料が安くなるっ!
さらに! 初回利用料 **10%OFF**
登録料 1,000円 (税別)
※16歳以上の学生さんが対象

※TRXレッスンのみ別途料金となります。

春のスペシャルキャンペーン

5月末まで
入会金 0円
20,000円 (税別) が
※表示金額は全て税別です

日割 いつからでもOK! 日割り月会費!
初月会費が日割りでお得に! 月途中入会でも損はなし!
1〜10日に入会 11〜15日に入会 16〜20日に入会 21日以降に入会
通常料金 **25%OFF 50%OFF 75%OFF**

ペア入会特典! 事務手数料 **4,000円 (税別) が半額!**
お友達・ご家族と2人以上
同時にご入会をされた場合

体力向上・脂肪燃焼効果

浮力を利用し陸上よりもカラダの負担を少なく
行う事が出来るため過体重による怪我の心配も
少なくなります



いろいろな
人気レッスン
盛りだくさん

ファンクショナルゾーン

有酸素ゾーン

フリーウェイトゾーン

マシンゾーン

スタジオゾーン

サーキットゾーン

ストレッチゾーン

サウナ



swimming pool

体幹プログラムでカラダを変えろ!

効果 シェイプ UP ボディメイク 腰痛 膝痛 柔軟性 体力UP

初心者でも出来る!

体幹プログラム

燃やせ! 脂肪

全ての動きは“体幹”から!

アクロポートでは、
動けるカラダをつくるための
ファンクショナルトレーニング
を推奨しています!

アクロポートホームページからでもアクセス出来ます。

アクロポート 検索

アクロポート フィットネスクラブ 水曜日は休館日
岡山市東区瀬戸町333 http://www.acro.co.jp

(086)952-2855

カンタン
Web入会

スイミング
無料体験も
Webから!



アクロポート 大型駐車場完備

おトクな会員種別 (16才以上)

オススメ

お得な学割!!
学生ビジター
1回 500円 (税別)
学生会員
月会費 8,000円 (税別)

申込み
スタート!

アクロポート

早ければ早いほど
メリットいっぱい!

スイミングは
Kids 買い手
No.1

春 4日間で グングン上達!!

朝の短期教室 4日間

時間/ 8:30~10:00

1 2 3 4 コースの教室 下記よりご希望日をお選びください。

1期 3/27(金)・28(土)・29(日)・30(月)

2期 4/2(木)・3(金)・4(土)・5(日)

①はじめてプールコース
(対象:3歳~) プール初めて! お顔付けが
苦手なお子様はコチラ★
STEP.1 泣かずにプールに入れるかな?
STEP.2 シャワーが上手に浴びれたヨ!
STEP.3 お顔をきちんと洗えたヨ!
STEP.4 お口でプクプクできたヨ!
GOAL お顔付け5秒でできたヨ!!!

③バタ足マスターコース
(対象:5歳~) 泳ぎの基本浮き姿勢&キックなど
しっかり練習していくコース★
STEP.1 プカ〜と浮いて5mすすめたヨ!
STEP.2 泳ぎの基本姿勢をマスターしたヨ!
STEP.3 グングン進むキックをマスターしよう!
STEP.4 けのびからキックをして7m泳げたヨ!!!
GOAL ビート板キック25m出来たヨ!!!

②もぐって浮くコース
(対象:3歳~) しっかりもぐって浮く姿勢を
練習するコース★
STEP.1 お顔付け10秒できたヨ!
STEP.2 1人で頭までもぐれたヨ!
STEP.3 プールの底に足をベタタンコできたヨ!
STEP.4 プールに潜ってジャンプ!!
GOAL 1人でプカ〜と浮けたヨ!

④クロールマスターコース
キレイに長い距離を泳げるクロールの
マスターコース★
STEP.1 けのびキック10m泳げたヨ!!
STEP.2 クロールの手のまわし方をマスターしたヨ!
STEP.3 息継ぎが上手に出来るようになったヨ!
STEP.4 クロールが12.5m泳げたヨ!!!
GOAL クロール25m泳げるようになったヨ!!!

●料金: 全教室4,400円 (税別)

お友達と同時申し込みで **100円引き** ダヨ!

本科生 無料体験受付中!!
今がチャンス! (要予約) お電話でのご予約、
Web からのご予約もできます。

施設まるごと使いたい放題! もちろんレッスンも! プールまでOK!
スイミングスクール生の
同居のご家族さま限定!
フィットネスビジター会員
1回利用料 衝撃の **500円!!** (税別)
施設使いたい放題!
LINE@お友達登録で▶
利用料が安くなるっ!
さらに! 初回利用料 **10%OFF**
登録料 1,000円 (税別)
※16歳以上
※TRXレッスンのみ別途料金となります。



ご自宅まで送迎する
スクールバス運行中!
木曜日は休館日

アクロポート
スイミングスクール

アクロポート
スイミングスクール

(086)952-2855

岡山市東区瀬戸町333
http://www.acro.co.jp

アクロポート 検索

アクロで
楽しく泳ごう!

2020 spring!

3歳からは スイミング!

アクロポートでは6ヶ月からご利用いただけます

ベビーコース大人気!!
ベビー・キッズスイミング!!

春のスペシャルキャンペーン! 5月末まで
指定用品2点セットプレゼント!
入会金 0円 (5,000円 (税別) が)
キャップ バッグ

対象年齢&基準	コース	曜日	時間	月会費
6ヶ月~3歳 保護者の方お一人	ベビーコース	月・火・金	11:00~12:00	保護者の方も一緒にこの料金 週3回 4,300円
3歳以上	Aコース	月・火・水・金 ▲月・金が祝日の場合 土	14:45~16:00 10:00~11:15 13:45~15:00	週1回コース 7,000円 ★月・日曜日の間で 指定曜日を1日決めます! ★4月のコース! ★欠席時には振替制度 がございましてご安心を!
	Bコース	月・火・水・金 ▲月・金が祝日の場合 土	15:50~17:05 10:00~11:15 14:50~16:05	週2回コース 8,000円 ★月・日曜日の間で 指定曜日を2日決めます! ★8月のコース! ★欠席時には振替制度 がございましてご安心を!
	Cコース	月・火・水・金 ▲月・金が祝日の場合 土	17:00~18:15 11:05~12:20 16:00~17:15	週3回コース 9,000円
	Dコース	月・火・水・金 ▲月・金が祝日の場合 土	18:05~19:20 18:10~19:25 17:05~18:20	週4回コース 8,500円
アクロ認定レベル 25歳以上	育成コース	月・火・金 土	18:05~19:20 18:10~19:25	10,000円
選手 (コーチ推薦)	選手コース	月・火・水・金・土 日	18:15~20:15 8:00~10:00	