

フィットネス&スパ

ココカラ | 相模大野 | spa

大人が存分に楽しめる
最高のフィットネス体験を!

3ヶ月間
月会費 **3,980円** (税込)

さらに **65歳以上の方は1,000円OFF!!**
シニア割 (65歳以上の方が対象) 3ヶ月間
月会費 **2,980円** (税込)

※別途、登録料1,100円 (税込) が必要となります。※利用開始日から5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!!**

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。

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!!
**6月から、7月からの
利用開始でもOK!!**

締切
6/15日
※店頭手続きは
19:00まで

1/月
(税込)

4月より木曜日17:00~ジム利用が可能に!!
(第2木曜日は休館)

4F 大型スタジオ
24h トレーニングジム
マシンは初心者の方も使いやすい
イタリア製テクノジム
人気のランニングマシンは30台

3F 広々スペースにゆったりしたマシン配置!
パワーラック×2台、ハーフラック×2台、スミスマシン×2台、
ケーブルマシン×2台、プレートマシン×8台、ウェイトベンチ×8台、EZバー×2 他多数!

エンジョイアリーナ
毎週木曜日 (休館日を除く)
15:00~21:00 面貸し可能
3時間7,700円 (税込)・事前予約制
※全会員様対象、会員外利用不可

24h 大型フリーウェイトエリア

2F マッサージプール
ジャグジープール
スイミングプール
ロッカールーム
24H対応
シャワールーム

1F パーソナルルーム
ラウンジ
フロント
rollUP plates studio
24h レンタルボックス
24h 専用駐輪場
24h 大型平面駐車場

4F トレーニングジム 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!

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!

大型スタジオ
開放的な大型スタジオは
ダンスからヨガまで多彩なレッスンを実施中!

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

大型フリーウェイトエリア
広々フリーウェイトエリアはマシンも豊富!
気分に応じて使い分けよう!

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!

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!
アクアピ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!

1F ラウンジ
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

相模大野駅 南口より徒歩3分
TEL.042-702-9290
ココカラ相模大野
〒252-0303 相模原市南区相模大野7-19-1 [休館日:毎月第2木曜日]
通常営業時間 ●平日 9:30~23:00 ※木曜日除く ●土日祝 9:30~21:00 [休館日 毎月第2木曜日]

24H次世代型スポーツジム！ココロとカラダの健康習慣づくりはココカラ始める！

大人が存分に楽しめる！約250坪で24時間利用可能！
毎日でも来なくなる非日常体験をココカラで



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

夢中になれるプログラムレッスン！週に140本以上の圧倒的本数！



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



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

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
クラブ内で
運動時の水分補給に
水筒がなくても手軽に使える
プロテインを溶かす
ご自宅で
料理やご飯を炊く
雑味なくコク・旨味・本家の味を楽しめる

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)～

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 11,200円/月 (税込12,320円) ●利用可能時間 通常営業 ジムセルフ営業 平日/9:30～23:00 平日/23:00～翌9:30 ※水曜・休館日前日を除く 木曜日/ご利用いただけません 木曜日/17:00～翌9:30 ※第2木曜日を除く 土日祝/9:30～21:00 土日祝/21:00～翌9:30	35歳以下の方はさらにお得！ 24Hレギュラー-U35会員 9,000円/月 (税込9,900円) ●利用可能時間 通常営業 平日/9:30～23:00 木曜日/ご利用いただけません 土日祝/9:30～21:00	25歳以下の方はさらにお得！ 24Hレギュラー-U25会員 8,000円/月 (税込8,800円) ●利用可能時間 ジムセルフ営業 平日/23:00～翌9:30 ※水曜・休館日前日を除く 木曜日/17:00～翌9:30 ※第2木曜日を除く 土日祝/21:00～翌9:30	朝や昼間の時間を有効活用！ デイトタイム会員 9,000円/月 (税込9,900円) ●利用可能時間 通常営業 ジムセルフ営業 平日/9:30～17:00 平日/9:30～23:00 土曜日/9:30～17:00 土曜日/9:30～21:00 木曜日・日祝/ご利用いただけません 木曜日・日祝/ご利用いただけません	プール・スパエリアをお得に利用したい方向け！ プール・スパ会員 アクアプログラム参加可能 9,000円/月 (税込9,900円) ●利用可能時間 通常営業 ジムセルフ営業 平日/9:30～23:00 平日/9:30～23:00 木曜日/ご利用いただけません 木曜日/ご利用いただけません 土日祝/9:30～21:00 土日祝/9:30～21:00 [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
--	--	---	---	--

6月新登場!! ハイスクールフリーパス (高校生限定) 保護者の方が会員の場合、無料で利用できます！(利用可能時間:4時～23時)

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！

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
こちらからお申し込みください

VISA Mastercard JCB UnionPay

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
●初月会費
※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
通常営業時間 平日 9:30～23:00 ※木曜日除く
土日祝 9:30～21:00
休館日 毎月第2木曜日

TEL.042-702-9290