



フィットネス&スパ
ココカラ | 相模大野 |

cocokara

締切
8/31月

※店頭手続きは
21:00まで

夏本番、
思い切り楽しむために

上質なフィットネス体験を、ココカラで。

3ヶ月間月会費

登録料 2,200円(税込)
通常5,500円(税込)

3,980(税込)円

※利用開始日から6ヶ月以上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。

レンタルボックス
2ヶ月無料

※3ヶ月以上のご継続が条件になります。

各種フリーパス
2ヶ月無料

※3ヶ月以上のご継続が条件になります。

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!!
8月から、9月からの
利用開始でもOK

夏期特別休館日のお知らせ

8/11火
祝日営業
(21:00閉館)

8/12水
夏期特別休館日

8/13木
通常休館日

8/14金
夏期特別休館日

8/15土
9:30～通常営業

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



STUDIO



SPA



SWIMMING POOL



24h

MACHINE GYM &
FREE WEIGHT

夏本番、思い切り楽しむために 上質なフィットネス体験を、ココカラで。

4F

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

24h

トレーニングジム

大型スタジオ

3F

24h

大型フリーウェイトエリア

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

2F

24h

24H対応
シャワールーム

タワーサウナ

パーソナルルーム

ラウンジ

フロント

rollUP pilates studio

専用駐輪場

大型平面駐車場

24h

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

大型スパ

4F

24h

トレーニングジム

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

24h

フリーウェイト

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!

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

COFFEE

コストココーヒー
販売しています

FREE Wi-Fi

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

2

3

トレーナーが目標や
お悩みをカウンセリング

内容に沿ったマシンや
種目をご提案

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130本以上の圧倒的本数!

LESSONは
こちらから
ご覧頂けます

QRコード

FIGHT DO

BEYOND LIMITS

FIERCE & FEARLESS

MEGADANCE

MAGIC IN MOVEMENT

話題沸騰中の新球技
ビックルボール好評開催中!

LIFT YOUR GAME

POWER

I CAME TO FLY

UBOOND

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!

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)~

体験
受付中

詳しくはホームページを
ご覧ください

QRコード

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

11,700円/月

(税込12,870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

ジムセルフ営業

平日 23:00~翌9:30

※水曜・休館前日を除く

木曜日/17:00~翌9:30

※第2木曜日を除く

土日祝 21:00~翌9:30

35歳以下の方はさらにお得!

24Hレギュラー
U35会員

9,300円/月

(税込10,230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

ジムセルフ営業

平日 23:00~翌9:30

※水曜・休館前日を除く

木曜日/17:00~翌9:30

土日祝 21:00~翌9:30

25歳以下の方はさらにお得!

24Hレギュラー
U25会員

8,300円/月

(税込9,130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

ジムセルフ営業

平日 23:00~翌9:30

※水曜・休館前日を除く

木曜日/17:00~翌9:30

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

9,300円/月

(税込10,230円)

●利用可能時間

通常営業

平日 9:30~17:00

土曜日/9:30~17:00

木曜日/祝/ご利用いただけません

ジムセルフ営業

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

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

9,300円/月

(税込10,230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

ジムセルフ営業

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

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!

クラブ専用
駐車場

21台

提携
駐輪場

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

いすいすいのクレジット
カードをご用意ください

VISA

MasterCard

JCB

Diners Club

Amex

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、マイナンバーカードなど)
●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

QRコード