

S-Portio  
[és] エス・パティオ スポーツクラブ



期間: 11/1 ~ 12/末日まで  
新規入会特典



無料体験実施中!  
クラブの雰囲気が分かって安心!  
最適な運動をスタッフがサポート!

いまから  
自分のために

期間中のお申込で!

事務手数料  
入会金

0円

会員後もお得な  
在籍継続特典!

3ヵ月  
在籍継続で ▶ 4ヵ月目  
月会費

半額

6ヵ月  
在籍継続で ▶ 7ヵ月目  
月会費

半額

〒654-0154 兵庫県神戸市須磨区中落合 2-2 須磨パティオ健康館 2F

078-796-6518

営業時間 火~金 9:00 ~ 22:00  
土 9:00 ~ 20:00  
日・祝 9:00 ~ 19:00  
定休日 月曜日



アクセス  
良好!  
地下鉄  
名谷駅直結!  
駐車場  
1,500台(有料)



※ 入会后 4ヵ月以上の継続が条件となります。  
※ 再入会は退会后 6ヵ月以上経過している方に限ります。  
※ パパママ会員は対象外となります。  
※ 表示価格は全て税込となります。

※ジム・プールのご利用は、営業時間終了30分前までとなります



# 将来の為に早めの運動習慣でカラダが変わる！始めよう！

筋力=美容 *Beauty*

それぞれに  
与える影響

筋力の衰えは、見た目・内面の美しさにも影響します。筋力が衰えてしまうと...

血流が  
悪くなる

代謝が  
低下する

ホルモン分泌が  
減少する

など

つまり、いくら肌のケアや、ダイエットをしてもなんとなく調子が悪かったり、太りやすかったりと、効果が現れにくくなってしまいます。

# 美活!

運動は「メンタル」を良好にし、「快眠」をうながし「心を健康」にする効果もあります

健康面にも深く関わる、

筋肉のカラダへの影響

筋肉が衰えると、身体の骨格をしっかりと支えられなくなります。また、代謝が落ちる事による影響も多岐にわたります。

筋力の衰えが影響する疾患・症状



代謝の低下により、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)のリスクが高くなり、心臓・血管系の病気の心配も出てきます。高齢になれば、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)は避けられず、要介護・寝たきりの状態になる恐れも。



ホスメプログラム  
RADICAL FITNESS

## RADICAL VIRTUAL SYSTEM - Program

大型スクリーンを使用した、迫力満点の**新・プログラム**がスタート！映像と音楽で最先端のレッスンをお楽しみいただけます。



脂肪燃焼!! ミニトランポリンを使用して究極の有酸素トレーニング! 楽しみながら体質改善に最大の効果が得られるように考慮されたプログラム



心を癒す ダイナミックストレッチ・ピラティス・ヨガ・太極拳の要素を取り入れた調整系プログラム

## STUDIO



人気のヨガやダンスなど150種類のプログラムを完備! 最大100本の豊富なプログラムで自分にぴったりの運動ができる!

※表示価格は全て税込となります



地域 No.1 プールはやっぱりエス・パティオ!

**POOL** 全11コース、地域最大級のプール! 初心者向けプログラムも充実!

こんなお悩みの方いませんか?

- 「周りから生活習慣を心配される」
- 「血圧・コレステロールが気になる…」
- 「健康診断で引かれるようになってきた」
- 「全身動かして、運動不足解消をしたい!」

プールでばっちり解決!!

血管や循環器への負担をかけずに運動ができて、体質改善が期待できます。

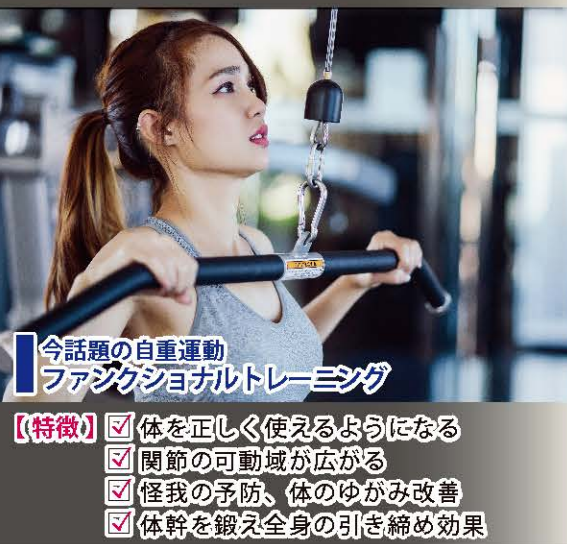


水中機能改善教室

新ウォーターマシーン AQUA MACHINEを活用した全く新しいトレーニングで体の機能を改善させよう!

## GYM

有酸素から筋トレ系まで豊富なラインナップ。業界で話題のファンクショナルトレーニングも完備しています!



今話題の自重運動 ファンクショナルトレーニング

- 【特徴】 体を正しく使えるようになる
- 関節の可動域が広がる
- 怪我の予防、体のゆがみ改善
- 体幹を鍛え全身の引き締め効果

## あなたにぴったりのコースを見つけた?! 人気会員種別

●ジム・プールの利用は、営業終了30分前までとなります

<p>月4回まで利用可能 <b>フレックス</b></p> <p>月会費 <b>7,810円</b></p> <p>火~金 9:00 ~ 22:00 土 9:00 ~ 20:00 日・祝 9:00 ~ 19:00</p>	<p>平日夜と休日を有効活用 <b>ナイト&amp;ホリデー</b></p> <p>月会費 <b>8,690円</b></p> <p>火~金 16:30 ~ 22:00 土 13:00 ~ 20:00 日・祝 10:00 ~ 19:00</p>	<p>平日限定で使い放題 <b>パティオ平日</b></p> <p>月会費 <b>9,130円</b></p> <p>火~金 9:00 ~ 17:00 (火~金の祝日含む)</p>
--	--	--

ご入会時に必要なもの

- 申込書
- 入会金 3,300円
- 月会費(2ヵ月分)
- 預金通帳・銀行届出印
- 事務手数料 3,300円

●月会費は3ヵ月目以降、郵便局もしくは銀行からの自動引き落としとなります

当クラブは 厚労省認定の指定運動療法施設になります

要件を満たせば、**クラブ会費が医療費扱い**となります

※かかりつけ医と連携することで、クラブ会費が医療費となり、医療費控除の対象となります

Es Sportio エス・パティオ スポーツクラブ 〒654-0154 兵庫県神戸市 須磨区中落合 2-2 須磨パティオ健康館 2F

078-796-6518

営業時間 火~金 9:00 ~ 22:00  
土 9:00 ~ 20:00  
日・祝 9:00 ~ 19:00  
定休日 月曜日

