



あなたの街の「いるかのプール」です!!



まずは1回いるかプールに入ってみよう♪

入会キャンペーン実施中!! & 体験レッスン受付中!!

まずは
お試しで!!

特典1 入会金
70%OFF!

メルマガ登録で
(通常¥10,800)

入会金**100%OFF!**

特典2

子供クラスには

スポーツハイツオリジナル
スクールバッグ(指定用品)
プレゼント!

or

大人・ベビークラスには

スポーツハイツオリジナル
ゴーグルケース
プレゼント!

5月31日(木)まで

特典3

子供クラスには

ステップアップ
レッスン券3枚
プレゼント!

or

大人・ベビークラスには

フリーレッスン券3枚
プレゼント!

【体験レッスンの流れ】

1回 ¥1,080(税込)

5月31日(木)まで

体験ご希望日・クラスが
決まりましたら、前日ま
でにご予約下さい。
(電話予約可)

水着・帽子・タオル等
を持って、レッスン開始
15分前までにフロント
にお越しください。
(体験費をお納め下さい)

下駄箱・ロッカーをご案
内します。水着に着替え
たらプールサイドへ。
コーチがまっています!

プールサイドで
準備体操後、
体験レッスンスタート!

楽しく体験していただ
けましたか?体験当日
入会された方には、
体験費全額キャッシュ
バック特典あり!!

■入会手続時にご用意いただくもの

入会金
最大 **0円+**
※通常10,800円

月会費
(2ヶ月分) +

顔写真 1枚
(タテ2.5cm×ヨコ2.5cm)
スナップ写真可

口座番号確認のため銀行届出印と預金通帳
3ヶ月目から指定銀行(みずほ・三井住友・三菱東京UFJの
全国各支店)での自動引き落としとさせていただきます。

指定用品
幼児・学童クラスの方は、
水着・スイミングキャップ・
バック

■お知らせ

営業時間の変更 3月29日(木)・30日(金)・31日(土)
10:00~13:00

休館日 4月29日(日)・30日(祝月)・5月1日(火)・2日(水)

※5月3日(木)より通常営業

大人スクールご案内

マスターズクラス 初級～中・上級まで

泳力別クラスによる振替自由のクラスです。
泳ぎのテクニックや健康・体力維持・増進の
為のクラスです。

【日・火・水・金・土】10:00～11:15
【月・土】13:00～14:15
【土】18:30～19:45
【月・金】19:30～20:45

月会費
¥8,420(税込)

ピギナークラス

水泳を始めてみたい方、初心者専用クラスです。
水慣れから始めましょう。お気軽にどうぞ。

【日】11:30～12:45
【火・水】18:30～19:45

月会費
¥8,420(税込)

リフラックスクラス

50歳以上の方で、リフレッシュ&リラックスを
目的にゆっくりペースで泳ぎたい方のクラス。

【日】16:00～17:00
【木】13:30～14:30

月会費
¥8,420(税込)

アクアエクササイズクラス

運動を継続的に行って健康維持増進とメタボ&ロコモ予防。身体
機能のトレーニングによる総合的な運動プログラムです。

【月・木】10:15～11:15
【火】13:00～14:00
【金】11:15～12:15

月会費
¥8,420(税込)

流水30クラス

流水マシンによる直当てのみに集中したショートプログラムの
クラスです。

【火】14:05～14:35、20:45～21:15
【金】12:20～12:50、20:45～21:15

月会費
¥4,320(税込)

流水健康クラス

流水機を利用した軽有酸素運動、血行促進・マッサージに
効果抜群。また、シェイプアップに。

【月・木・土】
12:15～13:15

月会費
¥9,500(税込)

プライベートレッスン

マンツーマンでご希望のレッスンを!
完全予約制、詳しくはフロントにお問い合わせください。

1回(30分)
¥3,240(税込)

表示金額は週1/月4回コースです。

ヘルスケアクラブ会員

Smart Life Project × スポーツハイツ

ジム・プール使い放題! 組み合わせいろいろ!

その他、体力に合わせたプログラムたくさん!! お問い合わせ下さい。

レギュラー会員

月会費
¥10,800(税込)

【月～土】10:00～22:00
【日・祝】10:00～20:00



ファミリー/グループ/
スクール重複会員

月会費
¥7,560(税込)

【月～土】10:00～22:00
【日・祝】10:00～20:00



デイ(平日)会員

月会費
¥7,560(税込)

【月～金】10:00～17:00



ナイト会員

月会費
¥4,860(税込)

【月～金】17:00～22:00



ホリデイ(週末)
会員

月会費
¥5,400(税込)

【土】10:00～22:00
【日・祝】10:00～20:00



ミニスタジオ
プログラム

ヨガ60分 ¥1,080(税込)
その他各30分 ¥540(税込)

※予約制です。直接フロントに
お問い合わせの上お申し込み下さい。



子供会員対象
泳法+安全教育

スポーツハイツでは、オーストラリア
ロイヤルライフセービング協会と提
携して、水の事故防止を目的とした「ス
イム&サバイブ」プログラムを普段の
レッスンの中で指導しています。



Swim&Survive

現在の「スイム&サバイブ」ライセンス取得小中学生
1,400名以上突破!!
オーストラリア本国協会より認定証とワッペン授与!!

アクセス方法が増えました



SPORTS HEIGHTS
スポーツハイツ

【営業時間】 平日/10:00～22:00 日・祝/10:00～20:00
〒166-0013 杉並区堀内2-6-21 TEL.03-3316-9981