

自遊館リフレッシュプラザの利用システムは、次のとおりです。

目的、利用頻度に合わせてご利用方法を選んでください。

1. 個人会員

- 痩せたい・体力をつけたいなどの運動効果を出したい方
(体力アップやシェイプアップには、週2回以上の定期的な運動が必要です。)
- 自分の健康状態や体力・目的に合わせた運動プログラムを作成してほしい方。
- 運動以外にお風呂・サウナ等で頻繁に利用したい方。

※生活習慣病の方は、運動療法処方せんがある場合、自遊館リフレッシュプラザの会費が医療費控除の対象となります。

《会費》

(税込み)

会員種別	入会金 入会時のみ	月会費	ご利用時間
フルタイム	10,800円	9,720円	月～土10:00～22:00 日・祝日10:00～19:00
デイトime	6,480円	8,640円	月～土10:00～18:00 日・祝日は除く
ホリデー	6,480円	5,966円	土10:00～22:00 日・祝日10:00～19:00
イブニング	6,480円	5,966円	月～金18:00～22:00 土・日・祝日は除く

○16歳(高校生)以上の方に限らせていただきます。

○即日入会可能(初月会費は日割り計算となります)

入会時必要なもの

- | | |
|------|----------------|
| ①入会金 | ③口座番号控え・銀行お届け印 |
| ②会費 | ④顔写真1枚 |

会費はすべて前納制とさせていただきます。

会費は、銀行・信用金庫・郵便局等の預金口座自動振替となります。

2. 1回利用(ビジター利用)

- 利用頻度が月2～3回程度の方
- 気軽に利用したい方
- 自分で運動のやり方が分かっておられる方

《利用料》

(税込み)

時間	大人	小人(小学生以下)
1日	1,550円	780円
ご利用可能 施設	プール、ジム、スタジオ 浴室	プール、浴室
備考		小学生以下のお子様の利用は、 保護者同伴で、土日祝日に限り、 プール、浴室のみの利用となります。

3. 運動療法コース

- 医師に健康のために運動をすすめられている方
(病気の予防・改善、またこれ以上悪くならないために医師に運動をすすめられた方)

自遊館リフレッシュプラザは、厚生労働省指定の「**指定運動療法施設**」です。医師が交付した運動療法処方箋をもとに運動指導を行なえる環境・人材・設備が整った施設です。

また運動療法を目的にご利用になると、施設利用料金(会費)が治療費とみなされ、所得税の「医療費控除」の対象となります。

※該当年の1/1～12/31までにかかった医療費(扶養親族の医療費も含め)の合計が10万円以上かかった場合に適用(詳しくはお問合せください)

4. 有料クラス(カルチャー)

- バレエ、フラダンスなど、そのクラスのみ参加したい方

「大人から始めるバレエ入門」「フラダンス」「水中お楽しみ散歩(水中歩行)」「キッズスイミング」など
別途「有料クラス(カルチャー)」をご覧ください。

5. 法人会員

従業員の方のメタボ対策や福利厚生に。

ご予算や従業員の数に合わせて、ご契約内容をご提案させていただきます。

詳しくはお問い合わせください。