

成人

元気だからと運動不足になっていませんか？

自分は大丈夫と思っている方も“ロコモ”かもしれません！

ロコモは、ロコモティブシンドロームの略で、移動能力、骨や関節・筋肉などの運動器の低下をきたした状態です。

7つの“ロコモチェック”で確認してみよう！

- ☐ 片脚立ちで靴下がはけない
 - ☐ つまずいたり滑ったりする
 - ☐ 階段を上がる時手すりが必要
 - ☐ 家事でやや重い仕事が困難
 - ☐ 15分程続けて歩けない
 - ☐ 横断歩道を青信号で渡りきれない
 - ☐ 2kg程度の買物を持ち帰るのが困難
- ひとつでも当てはまった方は要注意！
「筋力・体力」を備えることをぜひ始めてください。



ワタシ大丈夫かな？

アイランドで運動習慣をはじめましょう！

POINT 01

効果的に全身運動ができる！



POINT 02

免疫力が上がり風邪を引きにくくなる！



POINT 03

お客様に寄り添うレッスンでしっかり長続き！



POINT 04

プールだけじゃない！スタジオレッスンもご用意！



今なら！

1week500円体験！

プールを中心にジムエリアやスタジオも、1週間好きなだけご体験いただけます！

期間

8.1(火)～30(水)

9.2(土)～29(金)

※8/14(月)～16(水)休館



POOL



STUDIO



GYM

要電話予約

ご希望の日程(期間内)をお申込みください！

※1年以内に他のキャンペーンを利用した方はご利用できません。
(毎週日曜日と木曜日は休館です。)

体験レッスン後
入会の方に
嬉しい特典をご用意！

特典
1

入会金
2,200円

0円

特典
2

初月
月会費

50%OFF

※6ヶ月以内に退会された方、他のキャンペーンなどをご利用された方は本キャンペーンの対象外となります。

◆会員種類のご案内

レギュラー会員

月会費 7,150円

時間 9:30～21:30 対象 高校生以上
曜日 月・火・水・金・土

学割

高校生・大学生は
20%OFF

テイクタイム会員

月会費 4,620円

時間 12:30～18:00 対象 高校生以上
曜日 月・火・水・金・土

詳細は
こちらから！



ジュニア1回無料体験
実施中！

詳細はウラ面もチェック！

ジュニア

1回無料体験参加者募集中!

期間中、好きなスクールを1つご体験いただけます!

期間
1

8.1(火) ▶ 23(水)

※8/14(月)～16(水)休館

期間
2

9.2(土) ▶ 22(金)

① スイミング

ココロもカラダも強くするレッスンです!

スイミング指導に定評のあるアイランドで水泳を始めよう!
水が好きな楽しいレッスンで泳げるようになります!

Jコース 2歳～4歳 火 13:45～14:45 土 12:30～13:30	SAコース 小学生 土 9:00～10:15	SBコース 小学生 土 10:15～11:30
Aコース 3歳～小学生 月～土 15:00～16:10	Bコース 幼児・小学生 月～土 16:10～17:25	Cコース 小・中学生 月～土 17:25～18:40



9月より
AAクラス増設!

幼児(3歳～小学生)

土 13:45～14:55

② たいそう

跳び箱・鉄棒・トランポリン・マットのレッスン!

学校体育が苦手なお子さまもここなら
大丈夫! 苦手を克服するチャンス!

TAコース 3歳～園児 月・火・木・金・土 15:00～16:10
TBコース 小学生 月・火・木・金・土 16:10～17:25
TCコース 小・中学生 月・火・金・土 17:25～18:40



③ シンクロ

憧れのシンクロにチャレンジしよう!
水中でジャンプや足上げて優雅に演技!

年中以上 バタ足級以上 木 17:25～18:40
土 9:00～10:15



④ 空手

心身の鍛錬に!
空手を通して強い心と体を
育み、人間力も学びます。

年中～中学生
土 19:15～20:30



⑤ バレエ 気分はプリマドンナ!

美しい姿勢や柔軟性はもちろん、
芸術性や豊かな
感性も育つスクールです。

3歳～小学低学年
水 15:30～16:30
小学高学年
水 16:30～17:30



⑥ キッズダンス

仲間と一緒にダンスダンス♪
子どもたちの人気も
高いダンス教室!

小学生以上
土 12:45～13:45
年中～小学生
土 13:50～14:50



月会費 (税込)

週1回	7,700円
週2回	9,900円
週3回	11,550円

週2回以上や、①～⑥を組合せた
コンビ受講で月会費割引価格!

⑦ チアダンス

ポンポンを持ってかいくダンスしよう!
リズム感もチームワークも育ちます!

年中～小学2年	月会費 木 16:25～17:15	6,050円
小学3年生～	月会費 木 17:50～18:50	7,150円



⑧ ベビー親子

スイミング・体操・体育あそびで
赤ちゃんの発育を応援するクラス!

NAコース 月会費 何回来てもOK!	6,050円
NBコース 月会費 1回毎にプラス300円	3,850円

曜日 時間
《スイミング》
月水金 13:30～14:15
《体育あそび》
火………10:45～11:30
対象 5ヶ月～3歳未満



要電話予約

ご希望の日程(期間内)を
お申込みください!

※1年間は同じ部門への体験はできません。
※半年以内に他のキャンペーンを利用した方
はご利用できません。



体験レッスン後
入会の方に
嬉しい特典!

特典1 入会金
2,200円

0円

特典2 初月月会費

50% OFF

特典3

指定用品
プレゼント!

※6ヶ月以内に退会された方、
他のキャンペーンなどをご利用
された方は本キャンペーンの対
象外となります。※1年間は同
じスクールへの体験は受講でき
ません。※指定品のプレゼント
は生涯に一度きりです。

◆ご入会時にご持参いただくもの

入会登録費 2,200円	0円	月会費 初月分	50% OFF
月会費 2ヶ月分	年会費 3,300円	顔写真 H3×W2.4cm	
通帳(口座番号がわかる物) + 金融機関のお届け印			

island アイランドスポーツクラブ 駒川

☎ 06-6694-6699

〒546-0043 大阪市東住吉区駒川4-13-7

詳細はWEBから! アイランド駒川

●月・火・水・金……… 9:30～21:30(電話10:00～21:00)
●木曜日(ジュニアのみ)…… 15:00～19:00(電話14:45～19:00)
●土曜日……… 9:15(大人9:30)～21:30(電話9:00～21:00)
※16:00～19:45のプールはジュニア専用となります。※日曜休館日

詳細はコチラ!



※6ヶ月以内に退会された方、他のキャンペーン等をご利用された方はキャンペーンの対象外です。

※表示価格はすべて税込です。