

初めての方 大歓迎! カルチャースクール受講生募集!

令和1年 令和2年
12月~3月 受講生 受付開始!

定員/各スクール 10~15名 ※料金には全て通常入館料を含みます。(レッスンを含む5時間以内は、ジムもプールも温泉も自由にご利用いただけます。)

	月	火	水	木	金	土
午前	姿勢改善 ピラティスヨガ 10:30~11:15 回数 全12回 料金 11,280円	カイロピラティスガッツ 10:15~11:00 回数 全14回 料金 13,160円	スローヨガ① 10:30~11:15 回数 全16回 料金 15,040円	ピラティス&バランス コーディネーション 10:15~11:00 回数 全16回 料金 15,040円	からだ整える① 10:15~11:00 回数 全12回 料金 11,280円	からだ整える② 10:15~11:00 回数 全8回 料金 7,520円
		カイロピラティスプラス 11:15~12:00 回数 全14回 料金 13,160円	やさしいヨガ 11:30~12:15 回数 全16回 料金 15,040円	ピラティスアドバンス 11:15~12:00 回数 全16回 料金 15,040円	肩こり・腰痛グッバイ! 12:00~12:45 回数 全15回 料金 14,100円	セラピーヨガ 11:15~12:00 回数 全10回 料金 9,400円
午後	ステップ&ヨガ 14:00~14:45 回数 全12回 料金 11,280円	バランス機能改善 12:30~13:15 回数 全14回 料金 13,160円	ワクワク健康体操 14:00~14:45 回数 全16回 料金 15,040円	カイロヨガ 12:45~13:30 回数 全15回 料金 14,100円	コンディショニングヨガ② 13:00~13:45 回数 全15回 料金 14,100円	
		太極拳 15:00~15:45 回数 全12回 料金 11,280円	ヨガビギナー 13:30~14:15 回数 全14回 料金 13,160円	太極拳&剣&扇 15:00~15:45 回数 全16回 料金 15,040円	カイロピラティス 13:45~14:30 回数 全15回 料金 14,100円	
夜間	太極拳&剣 19:00~19:45 回数 全12回 料金 11,280円	ヨガ&ピラティス 19:00~19:45 回数 全14回 料金 13,160円	スローヨガ② 19:00~19:45 回数 全16回 料金 15,040円	コンディショニングヨガ① 19:00~19:45 回数 全15回 料金 14,100円	はじめてのピラティス 19:00~19:45 回数 全15回 料金 14,100円	ピラティスミドル 19:00~19:45 回数 全11回 料金 10,340円

毎月11日開催 お客様感謝デー
NEW EVENT

月に一度のワンコインデー

エコスパ500
 新イベント「エコスパごひやく」

毎月11日のみ 入場料660円が、
当日限り500円
 ※当日1ポイント+次回1ポイント券を進呈します。

毎月11日のみ 営業時間 (最終受付時間は21:30まで)
9:00~22:00まで
 ※プールエリアの利用は21:30まで。その他のエリア(休憩所・浴場・更衣室・トレーニング室)は22時までとなります。

◆当日は中学生以上の現金入場者のみが対象となります。
 (回数券・プリペイドカード・レッスン受講生・福利厚生チケット類および現金併用での入場は対象外。小学生以下の方は対象外。)

プールレッスン 定員/各スクール 10~20名 ★水泳教室PASS 8,900円(10回分) ※12月1日より9,400円

	月	火	水	木	金
楽しく水中運動 11:45~12:30 回数 全12回 料金 11,280円	アクアビクス 11:00~11:45 回数 全14回 料金 13,160円	水泳教室 PASS 大人の水泳教室 10:30~11:30	アクアウォーキング 10:30~11:15 全13回 12,220円	腰痛 膝痛 機能改善 ①10:10~10:55 ②11:10~11:55 回数 各全12回 料金 11,280円	水泳教室 PASS 大人の水泳教室 18:50~19:45
			シェイプアップアクア 19:00~19:45 全12回 11,280円		

◎温泉プール+トレーニングジム+天然温泉を満喫して、大人660円。



■温泉プール
 一年中泳げる源泉100%の温泉水を利用したプール。深さは25mプール110cm、小プールは50cmで小さいお子さんも楽しめます。ジャグジーや採暖室も完備。

■源泉かけ流しの天然温泉
 東部クリーンセンターから発生する余熱が利用されている地球に優しい健康増進施設。源泉100%のかけ流しで、泉質はナトリウム炭酸水素塩泉。効能は、神経痛・筋肉痛・冷え症・疲労・慢性皮膚病・高血圧 e t c . ヌルヌル感があり美肌効果もある、いわゆる「美人の湯」。露天風呂に貸切の家族風呂(予約制)もあります。



■トレーニングルーム
 ランニングマシンやバイクなどの有酸素運動マシンが自由に使えます。トレーナーもいるので安心。

エコスパ **ecospa佐世保**
 TEL.0956-20-1012
 佐世保市大塔町1036-1
 エコスパ佐世保 検索
 営業日/平日、日・祝祭日/10:00~21:00(最終入館受付・20:30)
 休館日/第1月曜日(第1月曜日が祝祭日の場合はその翌日)



※毎月11日は【エコスパ500】この日は大人の方は現金500円で入場可能!

大人	温泉プール	トレーニングジム	温泉(内風呂・露天風呂)	=	入場料 大人 660円
子供	温泉プール	温泉(内風呂・露天風呂)		=	入場料 子供 330円

※3歳以下無料 ※飲食物の持込みOK!!
 ※家族風呂のご予約も受付中!(入館料+1,050円)