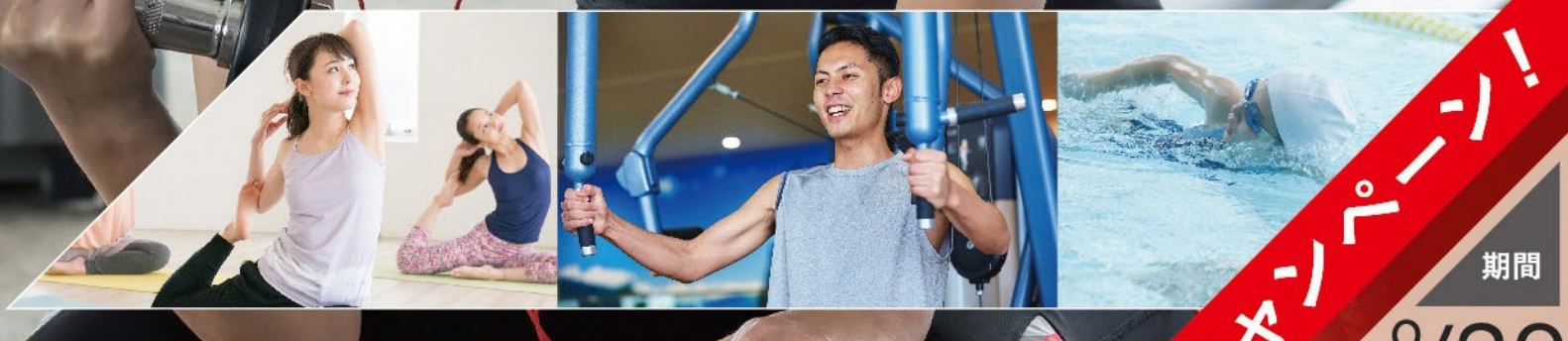


# 燃やして 私は変わる

運動の秋、脂肪燃焼でシェイプアップ!



期間

9/30  
(木)まで

9月・10月  
スタートの方限定!

## 10/1(金)より営業時間拡大!

平日/ 9:00~22:30 ▶ 9:00~23:00に変更

### スタジオプログラム本数拡大! 新プログラム導入!

- 夜の時間帯のスタジオプログラム本数拡大!
- ジムエリアにてTRXを使用した新プログラムを導入!



脂肪を燃やそう! 秋のシェイプアップキャンペーン!

初年度年会費  
5,500円

0円

月会費 通常 8,800円/月 ※レギュラー会員の場合

なんと  
2ヶ月間

月額 1,500円 (税込)

※入会金は必要ありません。 ※本キャンペーン適用には、キャンペーン期間終了後、6ヶ月間の継続が必要になります。 ※別途保険料300円が必要となります。



ビバスポーツアカデミー南草津は、草津市健幸都市宣言に賛同しております。



## ビバスポーツアカデミー南草津

〒525-0059 草津市野路1丁目15-5「フェリエ」6F

お問い合わせは  
お気軽に

TEL.077-566-8700

詳しくは  
WEBを検索!

ビバ南草津

検索

<https://www.viva-sa.com>



### 感染予防対策実施中!

※詳しくは裏面をご覧ください。



駐車場完備4時間無料

JR南草津駅直結!

■営業時間/火~金 9:00~22:30(受付22:00まで) 土 9:00~20:00(受付19:30まで) 日・祝 10:00~19:00(受付18:30まで) ■休館日/毎週月曜日 ※月曜が祝日の場合は祝日営業時間にて営業



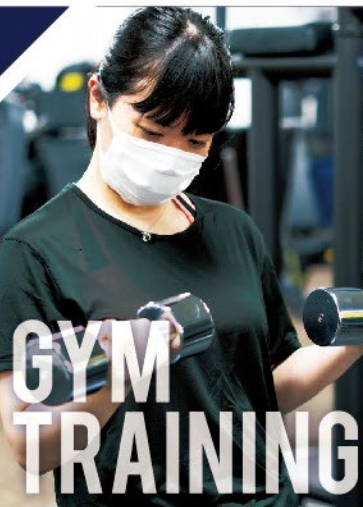
日本フィットネス産業協会が定める安心・安全に関する品質基準を満たし広く社会に信頼されるフィットネス施設であることが認定されました。

安心してご利用いただくために、**感染予防対策**を実施しております。



スタッフおよび会員様はマスクを着用しております。  
 入館前に検温、手指のアルコール消毒を実施しております。  
 マシン使用後はアルコール消毒をお願いしております。  
 チェックイン・アウトは、非接触で行っております。  
 館内は常時換気をしております。  
 プールではコーチがプール用マスクをつけております。  
 更衣室やお風呂でのマスク無しでの会話は禁止しております。  
 館内は全てコーティングを実施しております。

## ジムエリアは開放的な空間で安心・安全!



有酸素マシンの間にパーテーションを設置



マシン消毒

### 初心者の方も安心できる3大サポート!

インボディ測定  
カウンセリング

プログラム作成  
トレーニング方法指導

パーソナル  
トレーニング実施!



無料!



無料!



別途  
有料

## スタジオでは充実のプログラムが受け放題!



### AEROBICS エアロビクス

はじめての方から慣れてきた方まで、エアロビクスは動きのバリエーションが多く、しっかり汗がかけられるエクササイズです。



### YOGA ヨガ

精神統一・呼吸法の習得により、筋肉の緊張・柔軟性を高め、比較的簡単な姿勢により美容と健康を増進するクラスです。



### UBOUND ユーバウンド

トランポリンの上で楽しく弾みながら行うエクササイズです。下半身や体幹、バランスが強化され怪我をしにくい身体に!



### BODYPUMP ボディバンプ

音楽に合わせて行うバーベルトレーニングです。全身の筋肉を引き締めるおすすめのシェイプアッププログラムです。



### BODYCOMBAT ボディコンバット

パンチやキックなど格闘技の動作とノリノリの音楽でストレスを発散しながら楽しく体脂肪を燃やします。



### BODYATTACK ボディアタック

走って跳んで鍛える超エキサイティングな有酸素運動プログラムです。カロリー消費が多く、体脂肪の燃焼に最適です。



## 泳げない方でも参加できるレッスンも充実!

★水は透明度が高くキレイ!  
★25m×4コース。1コースの幅が広くて快適!  
徹底した水質管理で快適な温度(水温約31℃、室温約33℃)に調節されています。

アクアビクス

リズムに合わせて水中運動を行い、楽しく脂肪を燃焼させることができます。

ウォーキングレッスン

水の特性を利用し、関節に負担の少ない動きで、リラックスやコンディショニング作りをお手伝いします。

泳法レッスン

泳法レッスンは、様々な泳法を楽しむ3ヶ月間で習得を目指します。初級～上級まで幅広いプログラムをご用意しております。

## POOL PROGRAM

## 疲れた身体を癒す!

天然鉱石風呂

サウナ

## SPA ZONE

[男女別]

### きっと見つかるアナタにぴったりの会員種別

<b>地域で一番安い!</b> <b>レギュラー会員</b> プール・スタジオ・マシンの各施設を自由にご利用いただけます。 対象 中学生以上 月会費 8,800円(税込)	<b>ビバー押し!</b> <b>家族会員</b> ご家族の方と一緒にご入会されると、月会費がぐんとお得に!! 対象 会員の同居家族の方 月会費 6,600円(税込)	<b>地域で一番安い!</b> <b>学生会員</b> 学生さんにぴったり!!お得な月会費が魅力です!! ※要学生証 対象 25才未満で学生資格を有する方 月会費 6,600円(税込)	<b>全営業時間利用可!</b> <b>シニア会員</b> セカンドライフをより楽しみたい方にぴったりのお得な月会費が魅力!! 対象 60歳以上の方 月会費 7,700円(税込)	<b>全営業時間利用可!</b> <b>ママパパ会員</b> びばっこスイミング在籍のご両親に限りです! 対象 びばっこスイミング在籍のご両親 月会費 5,500円(税込)	<b>忙しい人に一押し!</b> <b>ホリデー会員</b> 土・日・祝日のご利用に限定したコースです。平日お忙しい方にぴったり!! 対象 土・日・祝日のご利用限定の方 月会費 6,600円(税込)	<b>平日の夜限定!</b> <b>ナイト会員</b> 平日(火～金)18:30～22:30までの利用で月何回でも使ってお仕事帰りにぴったり!! 対象 中学生以上 月会費 5,500円(税込)
---	---	---	---	--	---	--

**ビバスポーツアカデミー南草津** 〒525-0059 草津市野路1丁目15-5「フェリエ」6F

お問い合わせはお気軽に **TEL.077-566-8700** 詳しくはWEBを検索! **ビバ南草津** 検索 <https://www.viva-sa.com>

■営業時間/火～金 9:00～22:30(受付22:00まで) 土 9:00～20:00(受付19:30まで) 日・祝 10:00～19:00(受付18:30まで)  
 ■休館日/毎週月曜日 ※月曜が祝日の場合は祝日営業時間に営業

ご入会に必要なもの 右記のものをご持参の上、フロントにてお手続きください。  
 写真1枚 ※入会時に撮影させていただきます。  
 学生証 ※学生会員の方のみ  
 キャッシュカード  
 月会費2ヶ月分(キャンペーン価格) 保険料300円  
 ※一部地方銀行等は対象外のため、通帳と届出印が必要となる場合がございます。

