

日野自動車健康保険組合の皆様へ

運動して免疫力を高めよう！

スポーツクラブに行ってみよう！

どんな事が出来るの？ 何が必要なの？ 利用の流れはどんな感じ？ はじめてでも安心！ そんな疑問にお答えします。

2021年4月より
全施設利用料

無料

月2回
まで

で使えます！

※月3回目以降は所定の利用料がかかります。

事前に利用者登録を済ませてから施設をご利用ください！（ページ下参照）



クラブ利用の流れ

～チェックインからチェックアウトまで～



1. チェックイン

レセプションにて「QRコード」をご提示の上、利用料を支払い、ロッカールームで着替えます。

2. 体調チェック

トレーニング前・後には必ず、備え付けの血圧計で体調チェックをしましょう。

3. トレーニング

トレーニングについてご不明な点は、スタッフにご相談ください。

4. チェックアウト

サウナ・シャワーなどで心身ともにリフレッシュ後、ロッカールームで着替え、ロッカーカード（キー）を返却してチェックアウト。

持ち物チェック

～各種有料レンタルもございます（一部店舗のみ）～



Tシャツなど



短パンなど



タオル※



ソックス



室内用シューズ

※セントラルスポーツをご利用される場合は、利用料にタオルレンタルが含まれます。（一部店舗のみ）

プールを
ご利用される方



スイムキャップ



水着



ゴーグル

スポーツクラブでは、こんなことができます！

スタジオ



インストラクターのリードで楽しめる各種レッスンを多数開催。

ジム



様々なニーズに応えるマシンラインナップを取り揃えています。

プール



自由にフリースイミングを楽しめます。アクアレッスンも開催。

お風呂&シャワー



お風呂やサウナも完備。（一部店舗のみ）リラックスタイムを満喫できます。

※施設・プログラム内容・営業日（時間）・利用料は、ご利用される施設により異なります。

登録手順・施設のご利用方法・よくある質問は、ホームページをご覧ください。

https://business.central.co.jp/corporate/news/new_system/



セントラルスポーツ株式会社 健康サポート部

お問合せ先



corporate@central.co.jp

