



SAM

中部電力健康保険組合員の皆様へ SAMが お得にご利用できます。

中部電力健康保険組合員の皆様は

① **入会金無料**

② **月会費**

1,000円割引

※一部会員を除く。※お子様のプログラムは対象外。
※他のSAMキャンペーン特典の併用はできません。



健康的でいきいきとした暮らしのために、スポーツが大切なのは分かっているけど、一人できちんと習慣づけて続けるのは難しいですね。そんな時は、ぜひ SAM をご利用ください。気持ちのいい環境とスタッフが、あなたの楽しいスポーツライフをサポートいたします。



皆様のライフスタイルに合わせた SAM TIME をお楽しみください。

週100本以上の多彩なプログラム！

エアロビクスをはじめ、ヨガやピラティスなどの筋力アップレッスン、楽しいダンスなど全く初めての方から上級者の方まで、各人のレベルに合わせたスタジオプログラムや水中ウォーキング、アクアビクス、各泳法のスイミングレッスンなどの多彩なプールプログラムが揃っています。



全店舗完備のアクアフィットネスプールでリラックス&シェイプアップ！

ジェット流水、打たせ、ウォーキングスペースやジャグジーをはじめ各種マッサージ効果のあるバスなど、心身のリラックスに最適な多目的ウォーターゾーンが人気です。



個別指導のパーソナルトレーニングで確実に目標達成！

きちんと泳げるようになりたい、トレーニングの基本をしっかり身につけたい、効率良くシェイプアップを実現したい方に好評。各人の目標に合わせて、スイミング、マシン、ウエイトトレーニングなど、ご希望に応じて専任のトレーナーが丁寧にマンツーマンで指導いたします。お気軽にお問合せください。(時間制・有料レッスン)



割引対象のフィットネス会員料金 ●入会金：随時無料

会員種別		通常月会費	中部電力健康保険組合員限定「特別月会費」	
●松本エリア3店舗				
好きな時間に、好きなだけ	個人会員	全営業時間の利用可！体成分分析測定が月1回無料！★他店舗利用可！	10,780円(税抜価格9,800円)	9,680円(税抜価格8,800円)
家族で楽しみたい	ファミリー会員	同居する中学生以上の家族2名以上。全営業時間の利用可！★他店舗利用可！	2人の場合 9,680円/1名(税抜価格8,800円) 3人以降 7,480円/1名(税抜価格6,800円)	2人の場合 8,580円/1名(税抜価格7,800円) 3人以降 6,380円/1名(税抜価格5,800円)
若い方のスポーツ習慣応援	アンダー30会員	30歳以下対象。全営業時間の利用可！★他店舗利用可！	8,690円(税抜価格7,900円)	7,590円(税抜価格6,900円)
夜と週末を有効利用	ナイト&ホリデー会員	月～金 20:00～23:00、 土 8:00～21:30、日・祝 8:00～19:30	8,580円(税抜価格7,800円)	7,480円(税抜価格6,800円)
空いている昼間に利用したい	デイ会員	月～金 10:00～18:00、 土・祝 8:00～18:00	8,030円(税抜価格7,300円)	6,930円(税抜価格6,300円)
65歳以上の方におすすめ	ナイスミドル会員	月～金 10:00～15:00、 土・日・祝 8:00～15:00	7,480円(税抜価格6,800円)	6,380円(税抜価格5,800円)
●長野エリア2店舗				
24時間利用OK	SAM24 (長野地区限定会員)	有人営業 月～金 8:00～15:00 土 10:00～21:30 日祝 10:00～18:00 ※有人営業以外の時間はセルフ営業	8,250円(税抜価格7,500円)	7,150円(税抜価格6,500円)

※表示金額は会員1名様分の料金です。※会員登録店舗以外の店舗をご利用の場合は別途利用料金が必要になります。(ナイト&ホリデー・デイ・ナイスミドル会員)

入会に必要なもの → 2ヶ月分・月会費 + 顔写真1枚(スナップ可) + 中部電力健康保険組合 保険証 + 入会申込み用紙記入 → 手続きが終了次第利用OK ※詳しくはお問合せください。

スポーツネットワーク
SAM長野 駅前
長野市川中島町今井原11-5
☎026-254-6002

スポーツネットワーク
SAM長野 三輪
長野市三輪2-2-9
☎026-225-9117

スポーツネットワーク
SAM松本
松本市島内5304-1 【休館日:金曜日】
☎0263-47-0370

スポーツネットワーク
SAM石芝
松本市石芝4-1-1 【休館日:日曜日】
☎0263-27-5210

スポーツネットワーク
SAM塩尻
塩尻市広丘原新田9 【休館日:火曜日】
☎0263-51-1919

■(公財)日本スポーツ協会 水泳教師在籍施設(全施設) ■厚生労働大臣認定 健康増進施設(SAM石芝) ■厚生労働大臣認定 指定運動療法施設(SAM石芝) ■THP労働者健康保持増進指導機関(SAM石芝) ★全施設共「託児室」を完備。小さなお子様連れでも安心です。★SAM松本・石芝では昼間の一部で「大人送迎バス」を運行しています。

		営業時間		
		月～金	土	日・祝
松本 エリア	すべての施設エリア (スタッフ常駐)	10:00～23:00	8:00～21:30	8:00～19:30
長野 エリア	すべての施設エリア (スタッフ常駐)	10:00～23:00 ※三輪店・木曜休館	10:00～21:30	10:00～18:00 ※今井駅前店・日曜休館
	ジムエリア・ セルフ利用時間 (スタッフは常駐 していません)	23:00～10:00	21:30～10:00	18:00～10:00
		※今井駅前店(日曜)と三輪店(木曜)は、終日セルフ利用のみになります。(24時間利用可能)		

全店舗
無料駐車場完備
<https://www.matsumoto-sc.co.jp/>

