

夏を楽しむフィットネス習慣!

無理なく続けられる運動習慣をつけて、

今年の夏はアクティブに。

自信を持って夏を迎えよう!

施設見学大歓迎!

営業中は常時受け付けております



＼ジム・スタジオ・スパ全部使えて／

月額

¥5,500(税込)

入会特典 期間 6/1(日)～6/30(月)

画像は一部イメージです。

登録料

通常
1,100円
(税込)

¥0

ミズノ製
ランドリー
バッグ
プレゼント



ペア入会 お2人以上同時入会で

お一人あたりの
翌月会費

最短2025年11月末まで
継続の方限定

通常 5,500円(税込)

半額

八王子市総合体育館

エスフォルタアリーナ八王子 TEL.042-662-4880

京王線狹間駅より徒歩1分!

駐車場150台完備!

HPを
チェック!



ジム・スタジオ・スパ 充実のトレーニング環境が毎日使えてお得!



ジムエリア

2025年1月リニューアル!新しいマシンで毎日トレーニング!
スタッフが常駐しているから安心!

ウェイトマシン19台

豊富なマシンで鍛えたい部位に合わせてトレーニングができます。





スタジオ

スタジオ2面で
週90本以上のレッスンを開催



ストレッチマシン7台

リラックスした姿勢から骨格を整えながらストレッチ!



有酸素マシン27台

ランニングマシン(12台)は予約制で時間を有効活用!



フリーウェイト(ダンベル30kgまで)

パワーラック・スミスマシンを各1台完備しています。



振動マシン

音波の力でカラダの先まで全身運動!



3D30

VIPROを使ったサーキットトレーニングで鍛える30分のプログラム。



グルーブグルーブ

様々なダンス要素を取り入れたダンスエクササイズ。



ボディコンバット

キックボクシングやムエタイ等の格闘技の動きを取り入れたプログラム!



ボディアタック

有酸素運動と筋力強化エクササイズを組み合わせたプログラム!



背骨の調律Sintex®

体幹力を高め、しなやかな背骨の動きを取り戻す全身運動エクササイズ!



ヴォーカリズム

のどと骨盤底を鍛えるボイストレーニングプログラム



エスフォスタアリーナ八王子は 初めての方を全力サポートいたします!

Q フィットネスクラブに通うのがはじめてで不安です

A ジムエリアにはスタッフが常駐しておりますので、ご利用方法等を何度でもご案内いたします。話かけにくい方用「お助けバンド」を用意しております。バンド着用の方にはスタッフからお声掛けいたします!

Q スタジオプログラム参加には別料金が必要ですか?

A 週90本以上のスタジオプログラムは月額会員様なら追加料金無しでご参加いただけます(定期教室、通年教室は除く)新プログラムも随時追加予定です。

Q プランによって利用時間や曜日に制限はありますか?

A エスフォスタアリーナ八王子は複雑なプランは無く、月額5,500円(税込)で利用時間内であれば時間・曜日に制限無くご利用いただけます。ジムやスタジオ、スパをごゆっくりとお楽しみください!



トゴール鉱石の人工温泉

人工温泉スパ

温浴エリア人工温泉で
ココロもカラダもリラックス



▶トゴールの湯
トゴールの湯は、運動で疲れた身体を優しく丁寧に癒します。毎日が温泉気分! 自慢の人工温泉です。

▶シャワーヘッド
最高の浴び心地をご提供。ウルトラファインバブルシャワー導入!
※男女スパエリアカランのみの設置となります。

▶ドライヤー
ドライヤーはNobby by TESCOMプロテクトイオンヘアドライヤーを設置。人工温泉後にサロクオリティの仕上がり。※女性更衣室のみの設置となります。

八王子市総合体育館 施設見学大歓迎! (営業中は常時受け付けております)

エスフォルタアリーナ八王子

TEL.042-662-4880 詳しくはHPをチェック!
エスフォルタ 八王子

〒193-0941 東京都八王子市狭間町1453番1【営業時間】8:30~22:30【休館日】6月なし

ジム、スタジオ、スパ、全部使えて! 月額 5,500円(税込)

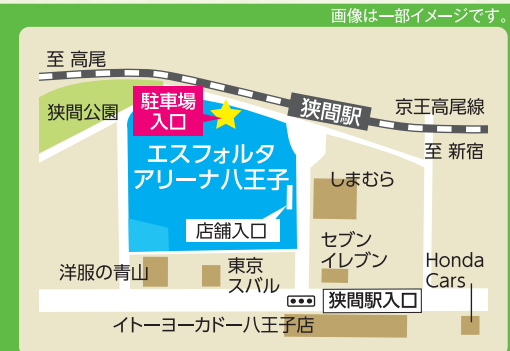
利用時間 全日9:00~22:00 対 象 16歳以上 利用エリア スタジオ・ジム・ボウリング・室内ウォーキングランニングエリア・スパ施設(人工温泉)

ご入会のお手続きには下記のものをご用意ください

2ヶ月分の月会費 (11,000円/税込)	登録料 (1,100円/税込)	6/30 (月)まで 0円	銀行キャッシュカード又は 銀行通帳と届出印	身分確認できる 免許証・保険証
--------------------------	--------------------	-------------------------	--------------------------	--------------------

狭間駅徒歩1分 150台駐車可 駐車場は 3時間半100円(税込) 30分まで無料

画像は一部イメージです。



至高尾 狭間公園 狭間駅 京王高尾線 至新宿

エスフォルタアリーナ八王子 店舗入口

洋服の青山 東京スバル イトーヨーカドー八王子店

しまむら セブンイレブン Honda Cars