

# 『心の健康』の話 知ってましたか？

厚生労働省が毎年実施している「中高年者縦断調査」で、

1人でする運動では、『心の健康』を保つ効果がありませんでしたが

いつも誰かと一緒に運動する場合のみ明確な効果が認められました。

みなさん一人で黙々と泳いだり歩いてませんか？

皆様の心の健康の為に、ウエルでレッスンに参加したり、

お友達と一緒に運動しませんか？

## 今ウエルでは、お得な紹介キャンペーンを実施中！！

期日	2018年4月1日(日)～5月31日(木)	
入会特典 大人	紹介者	アイスク商品券 2,000円 プレゼント
	入会者	入会金無料 (10,800円)

### ウエル会員料金（月会費なので1ヵ月何回来ても大丈夫です）

	月会費(税込)	利用時間	備考
昼会員	5,400円	10:00～16:00の利用	
メンバー会員	8,640円	10:00～22:00の利用	
ペア会員	7,560円	10:00～22:00の利用	お友達同士の会員
ファミリー会員	5,400円	10:00～22:00の利用	同居家族のみの会員

※無料体験も随時受付中！詳しくはフロントまでお問い合わせください。

### ウエルの施設



25M プール



お風呂



サウナ

アクアフィットネスクラブ ウエル  
025-373-4646