



## オープンルーム



### 楽しいランチタイム♪

日曜・祝日・夏休みは  
ランチバイキング!

ウェルネスリゾートの  
グルメスポットは、  
メニューもたくさん!

オープンルームは、  
ご利用されるお客様の  
一般休憩室として  
くつろいでいただけます。  
また、キッズコーナーには  
絵本・漫画を  
揃えております。

## Relaxation

リラクゼーション



リラクゼーションルームはシアタールームの雰囲気。  
6面スクリーンにより、映像・音によるリラクゼーション  
効果を創出、心身の疲れから解放します。



# 充実した設備とレッスンプログラムで、楽しくジブン磨き!

## Training トレーニングゾーン



いい汗かいて、体カアップ!

専任のトレーナーが皆様の体力や目的に合わせたトレーニングメニューを作成。体力の維持・向上や筋力アップ、シェイプアップにも優れた効果を発揮します。豊富なマシーンを使って、目標にチャレンジしてみませんか?



スタジオ

気軽に楽しく  
シェイプアップ!



トレーニングマシン



健康づくり相談室

- チェストプレス
- フライ
- ハイプリー
- レッグプレス
- レッグエクステンション
- レッグカール
- スタンディングカーフ
- アダクション
- アダクション
- マルチフリーフルステーション
- アブドミナル
- ローワーバック
- トーンローテーション
- カーディオバイク
- リカンベントバイク
- トレッドミル
- ステアマスター
- エリプティカル
- 体組成計

その他多数設置

## Swimming プールゾーン(温水)



スイスイ泳ぐ、ワイワイ遊ぶ!

水中での体重は陸上のおよそ10分の1。足腰への負担も少なくなるので、無理のない体カづくりに最適です。スリル満点のウォータースライダー、流水プールは子供たちに人気のスポット。ご家族で楽しむことができます。



ウォータースライダー

20mプール(3コース)  
子供プール(ゾウさんのスベリ台)  
流水プール  
ウォータースライダー  
ソラリーン(日光浴器)  
きのごシャワー  
ホットタブ

38mのウォータースライダーは、  
スリル満点



子供プール



※90cm以内の浮き輪とベビーボートが使用できます(20mプールは除きます)  
※温水プールなので年中利用することができます  
※20mプールは水泳キャップの着用をお願いします

## Bade zone バーデゾーン



ぐるっと12種浴槽めぐり!

「バーデ」とは、ドイツ語で温泉入浴を意味する言葉。水着着用なので、ファミリーやお友達同士、カップルで楽しい時間が過ごせます。明るく開放的な空間で、水がもたらすリラクゼーション効果をたっぷり満喫してください。

※バーデゾーンでは、浮き輪などの遊具は使用できません



フィンランド式サウナ



寝湯



ネックシャワー

全身浴  
部分浴  
冷水浴  
気泡浴  
圧注浴  
寝湯  
かぶり湯  
打たせ湯  
フィンランド式サウナ  
ミストサウナ  
屋外ホットタブ  
全身ボディシャワー  
ネックシャワー

疲れた身体を  
リフレッシュ!

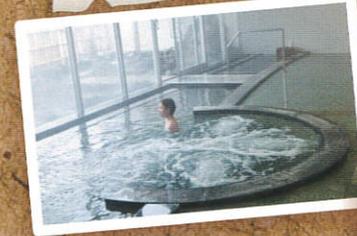
## SPA スパ



春日温泉の  
効能

- 神経痛
- 五十肩
- 疲労回復
- 慢性消化器病
- 筋肉痛
- うちみ
- きりきず
- 慢性婦人病
- 関節痛
- 冷え性
- 痔疾

塩分と鉄分を多く含む2種類の源泉を引いており、2週間ごとに男女の浴室が入れ替わります。大浴場や露天風呂でゆったりと温泉につかり、汗と疲れを洗い流せます。



陽だまりの湯  
(大浴場・サウナ・露天風呂)

木もれびの湯  
(大浴場・サウナ・露天風呂)

