

お風呂やサウナも充実

トレーニング後は心とカラダを整えましょう!!



施設見学 随時開催中!

ご予約不要

最先端の設備・環境が見られます。お気軽にご来館ください!



毎月200本以上のスタジオプログラム!

最新のスタジオスケジュールは携帯サイトからも確認できます!



露天風呂



安全で効果的な日光浴を再現するSUNLAMP。

1回...1,200円(税込)

タンニングルーム



ジュースバー



サウナ



岩盤浴ルーム



プロショップ



室内風呂



無料トレーニング体験会開催!

この機会にゴールドジムの魅力を存分に体感ください。

ジムに通ったことが無い方、これから筋トレを始めたいと思っている方、既に筋トレをしている方など...どなたでも参加OKです! ゴールドジムのトレーナーがしっかりと指導いたします。

※中学生以上の方が、ご参加いただけます。

開催時間 月～土 10:00～22:00 (最終受付21:00)
日・祝日 10:00～21:00 (最終受付20:00)

所要時間 1時間
体験会終了後、引き続き施設をご利用いただけます。(最大4時間まで)ジムの他、スタジオレッスンや温浴施設をご利用いただけます。

各回定員 3名 (ご家族ご友人との参加もOK)

参加方法 お電話にてご予約ください。

※混雑した場合は、ご希望の時間に予約を受け付けられない場合がございます。

持ち物 トレーニングウェア、室内履きをご用意ください。レンタル(有料)もご用意です。

初心者でも大丈夫!

ゴールドジム スパリア宇都宮の会員プラン

利用時間に合わせて選ぶ		
会員種別	月会費(税込)	ご利用時間
フルタイム会員	11,880円	営業時間中、いつでもご利用できます。
フルタイム会員(ペア&グループ)	10,780円	営業時間中、いつでもご利用できます。
レギュラー会員	10,780円	[平日] 10:00～24:00 [土曜] 10:00～24:00 [日祝] 10:00～22:00
デイ会員	8,580円	[月～金] 10:00～17:00 ※土日祝はご利用できません。
ホリデイ会員	8,580円	[土曜] 10:00～24:00 [日祝] 10:00～22:00 ※平日はご利用できません。
ナイト会員	7,480円	[月～金] 21:00～24:00 ※土日祝はご利用できません。
スーパーナイト会員	9,680円	[平日] 21:00～24:00 [土曜] 10:00～24:00 [日祝] 10:00～22:00
FCマスター会員	月会費 16,500円	EXP札幌手稲・苗穂、札幌大通、横浜馬車道、横浜上星川、宇都宮、足利、直営施設79店舗(2022年3月時点)を利用料無料で、営業時間中いつでもご利用できます。*プレミアム店は対象外

営業日連続14日間利用可能! 2WEEKS会員 9,900円(税込)
営業日連続14日間フルタイム会員と同条件でご利用できます。2WEEKS会員は何度でも登録可能です。*要身分証

年齢でお得に選ぶ		
会員種別	月会費(税込)	ご利用時間
フルタイムシニア会員(満60歳以上の方)	11,330円	営業時間中、いつでもご利用できます。
フルタイムシニア会員(ペア&グループ)(満60歳以上の方)	10,230円	営業時間中、いつでもご利用できます。
シニアレギュラー会員(満60歳以上の方)	10,230円	[平日] 10:00～24:00 [土曜] 10:00～24:00 [日祝] 10:00～22:00
シニアデイ会員(満60歳以上の方)	8,030円	[月～金] 10:00～17:00 ※土日祝はご利用できません。
アンダー25会員(26歳を迎える月まで有効)	9,130円	[平日] 10:00～24:00 [土曜] 10:00～24:00 [日祝] 10:00～22:00
アンダー22会員(中学校卒業以上の方、22歳以下の方限定)	8,030円	[平日] 10:00～24:00 [土曜] 10:00～24:00 [日祝] 10:00～22:00

中学生も! 高校生も! 若者応援会員プラン

会員種類	入会資格	月会費(税込)
中学生会員	中学校在学中の方	¥6,050
高校生会員	高校在学中の18歳以下の方	¥7,150

ご利用時間 平日: 10時～22時 / 土: 10時～21時
日・祝: 10時～20時までご利用できます。
※中学生会員、高校生会員の方は学生証をご持参ください。
※中学生会員の手続きは親権者の同伴が必要となります。
※インターナショナルスクールや海外校など、日本の学校制度と学年体系が異なる場合には、生年月日を基準に、日本の学年区分(中学・高校)に沿って会員種類を設定しております。

真夜中に筋トレ! (定員100名) 月会費
ミッドナイト会員 3,300円(税込)
【ご利用時間】営業時間内の深夜0時～朝5時まで登録店のみご利用できます。
【入会資格】18歳以上の方
※ミッドナイト会員様が他店ゴールドジムを利用する場合、ビジター料金となります。

初心者でも大丈夫! 安心のトレーニングサポート 無料

安全、効果的にトレーニングを続けるためには基本がとても重要です。正しいトレーニングを続けて頂けるようトレーナーが親切・丁寧にご指導いたします。

ベーシック① 60分



体組成測定&カウンセリング・ベーシックトレーニング(4種目)

ベーシック② 60分



栄養カウンセリング・ベーシックトレーニング+1種目

ベーシック③④⑤⑥ 30分



ベーシックトレーニング+1種目

オリジナルプログラム作成



目的に合わせたトレーニングメニューの作成・実践

入会手続きに必要なもの
■登録料 5,500円(税込) **100%OFF** ■キャッシュカード又は通帳 & 届出印 ■月会費2ヶ月分
■運転免許証 運転免許証が無い方は、保険証又は写真付住基台帳カードのいずれかをもちください。
※VISA、MASTER、JCB、AMEX、Diners、Discoverカードがご利用いただけます。
受付時間 月曜～土曜 / 10:00～22:00 日曜・祝日 / 10:00～20:00

※初月月会費は5日ごとの日割り計算となります。
1日～5日: 100%、6日～10日: 80%、11日～15日: 65%、16日～20日: 50%、21日～25日: 35%、26日～末日: 0%