

ダイエープロビステー 施設無料開放日

日頃の感謝の
気持ちを込めて

4/9 日 10:00 ~ 17:00
(閉館 17:30) **入場 無料**

ダイエープロビスフェニックスプール

メインイベント

10:15 ~ 10:45
ダンス発表会
HIPHOP/チアリーディング



13:30 ~ 14:15
GROUP FIGHT
(TOCHI & KOH)



14:30 ~ 15:15
ハウススタイル
(KUNTA)

ダイエープロビスブース

もっとお家がすきになる
Panasonic リフォームClub

ニココ住宅

GREEN STYLE

パンチやキックなどの格闘技動作を取り入れた動きをダイナミックな音楽にのせて行うエクササイズ。シェイプアップにおすすめです。

ハウスミュージックを使用したダンス系プログラムです。できるできない関係なく楽しく踊りましょう。脂肪燃焼におすすめです。

ビューティースペース

ラファリンパセラピー (マッサージルーム)

新型リンパセラピー
ラファミラクル
服を着たまま椅子に座り
顔まわりとデコルテを中心に
リンパの流れを
うながします



肩こり、腰痛、めまい、頭痛、不眠、
四十肩、五十肩、手足のしびれ、むくみ…
などの症状でお悩みの方。一度お試しください。

ラファミラクル (小顔体験) 15分 1,000円
お試し価格 30分 2,000円

*ラファリンパセラピーは医療行為ではありません

ネイルサロン (サブ受付前)



特別企画美容しようへの店とコラボ!
身体だけでなく手先からも綺麗になって
みませんか?

おためし ジェルネイル	単色 2,000円
オススメ ジェルネイル	3,800円
ネイルケア	2,000円

※税込価格

美容
美容

キッズヘアアレンジ
無料

プロが、可愛い女の子へ
ヘアアレンジしてくれます。



スタジオ・トレーニング



10:30 ~ 11:15
ヨガ
(中道)

呼吸を意識することで、リラクゼーション効果もあり、心身共にリラックスできます。また、筋肉の緊張をほぐし柔軟性も向上できます。



11:30 ~ 12:15
キッズHIPHOP体験会
(KUNTA)

HIPHOP スクールの体験会を実施します。基本的なステップや簡単な振り付けを身につけます。明るく楽しく元気に練習をします。

11:00 ~ 12:00/13:00 ~ 14:00
体組成無料測定
(トレーニングルーム)

体脂肪、筋肉、骨、水分など私たちの身体を構成する成分を、部位別にチェックすることができます。

メインプール・飛込プール



スノーケル&スキューバダイビング体験会

(雪ん子ダイブファクトリー) 受付:メインプール
水深1.1mでスノーケル器材を使用した水面遊泳
水深3mでスキューバダイビング器材を使用して水中遊泳

① 10:30 ~ 11:30
② 12:00 ~ 13:00
③ 14:00 ~ 15:00
④ 15:30 ~ 16:30

各回6名様まで
500円
1回1名様

- ご参加いただける方
- 1. 満10歳以上の方
- ※高校生未満の方は保護者同伴
- 2. 水泳や中程度の運動に差支えない方
- 3. メディカルチェックに該当項目のない方

該当者または指導員の判断によっては、プログラムへの参加をご遠慮いただく場合がございますので、ご承知ください。



サブプール

10:00 ~ 17:00 浮き輪 OK
幼児プール 水深0.8m

(サブプール駐車場側)
小さいお子様でも安心して遊べます。
滑り台なども設置しております。

※おむつの取れていないお子様はご利用できません。
※プールエリアは、服を着用したままでの入場はできません。

屋外スペース

飲食ブース出店予定

ニココ住宅
GREEN STYLE

もっとお家がすきになる
Panasonic
リフォームClub

美容
美容



長岡市水泳協会・日本水泳連盟推薦

ダイエープロビスフェニックスプール
☎0258-39-3211

〒940-0826
新潟県長岡市長倉町1338番地

年末年始 [12/30] ~ 21:00まで
営業 [12/31 ~ 1/3] 休館日 ●1/4 ~ 通常営業
営業時間 【月・火・木・金・土曜・祝日】10:00 ~ 21:00
【日曜】10:00 ~ 19:30
【水曜】休館日 ※水曜日が祝日の場合はその翌日

フェニックスプール 検索

ダイエープロビス
フェニックスプール
公式Facebook