食欲の秋！
#食べても大丈夫な
私になる方法！
知りたくない？



作家・エッセイスト
阿川 佐和子さん





毎年「秋太り」って
言ってるなら、
今年こそちょっと
変えてみよ♪

お風呂・サウナ
だけでもOK。
無理のない“通い方”が
選べる場所です。

入会キャンペーン実施中！！

特典 初月から3ヵ月目まで 月会費 **80%割引**

※キャンペーンは初めて入会される方対象です。※以降の継続条件はありません

初めての方限定
1日施設体験受付中！ 500円(税込)
ジムが初めての方も安心！このチャンスをお見逃しなく！

あなたに合った運動習慣を、ここから。

食欲の秋も、無理なく楽しく。ジム・スタジオ・プール・お風呂＆サウナで健康習慣を。

- ジム 健康・体力づくり
- スタジオ 楽しく運動
- プール やさしく全身運動
- お風呂・サウナ 運動後もリフレッシュ

お申し込み・ご予約・お問い合わせはコチラ

関西テレビ放送グループ

ライフスポーツKTV天六

Instagram 随時 更新中！
KTVTENROKU

〒531-0061 大阪市北区長柄西1-2-25 ■営業時間 平日10:00～23:00/土曜10:00～20:00/日・祝10:00～18:00

06-4800-0666 KTVL 検索 https://ktvl.jp

【ご入会受付時間】平日10:00～21:30/ 土曜10:00～18:30/ 日・祝10:00～16:30



フィットネスの利用方法

用意するもの ●運動できる服（なんでもOK） ●タオル ●室内用シューズ（レンタルあり）

STEP1 まずは準備

フロントチェックイン



更衣室



STEP2 運動スタート！

＼マシンジムで！／



ダイエット・筋トレ目的の方

＼スタジオで！／



ストレス解消・腰痛改善目的の方

＼プールで！／



ダイエット・ヒザ痛改善目的の方

STEP3 運動の後はリラックス

マッサージ機



サウナ



STEP4 チェックアウト

会員種別

天六正会員

月～水・金 10:00～23:00（最終CI/22:30）
土 10:00～20:00（最終CI/19:30）
日・祝 10:00～18:00（最終CI/17:30）
休館日 毎週木曜日、年末年始、夏季

月会費 利用料:なし
11,880円（税込）／月

U30会員 15才（中学生を除く）～30才以下

月～水・金 10:00～23:00（最終CI/22:30）
土 10:00～20:00（最終CI/19:30）
日・祝 10:00～18:00（最終CI/17:30）
休館日 毎週木曜日、年末年始、夏季

月会費 利用料:なし
6,930円（税込）／月

ホリデー&ナイト会員

月～水・金 18:00～23:00（最終CI/22:30）
土 10:00～20:00（最終CI/19:30）
日・祝 10:00～18:00（最終CI/17:30）
休館日 毎週木曜日、年末年始、夏季

月会費 利用料:なし
10,450円（税込）／月

入会手続きに必要なもの（フィットネスクラブ）

登録手数料 3,300円（税込） ＋ 月会費 3ヶ月分 ＋ 本人確認書 運転免許証・マイナンバーカードなど ＋ 金融機関 ※一部、取り扱いできない金融機関がございます。 クレジットカードまたは通帳/キャッシュカード・届出印

- お申し込み日よりすぐご利用いただけます。
- ご入会にはご自身のメールアドレス（PC・スマホ）登録が必須となります。
- 4ヶ月目以降の会費は、当社の指定する方法にてお支払いいただきます。
- 休会制度はございません。
- 16歳未満の方（高校生は除く）または妊娠中の方はご入会いただけません。
- 医師より運動を禁止されている方、刺青・タトゥーのある方はご入会をお断りいたします。
- 会員として不適格と認められた場合は入会していただけないことがあります。
- 表示の料金は消費税込み価格です。
- プール・マシンジムのご利用は閉館の30分前までとなります。

Kids キッズスクールも充実!! スイミングスクール

1日体験受付中！ 0円 無料で体験できます ご予約はこちらから



※掲載している写真はイメージです。

ラッシュガード着用いただけます！

※ご不明な点はお問い合わせください

こんなコーチに教えて貰えます！

元競泳400・800・1500m自由形 日本記録保持者指導歴25年以上

「ライフスポーツKTV天六で楽しく上手になろう!! 他にもすごいコーチが勢揃い!!」



藤本 雅之コーチ

「大阪市習い事・塾代助成事業」登録教室
※大阪市習い事・塾代助成事業とは‥市内在住の小学5年生～中学3年生を対象として学習塾や家庭教師、文化・スポーツ教室等の学校外教育にかかる費用を月額1万円を上限に助成する事業です。

キッズ・スイミングスクールのご案内（表示は税込価格です）

	コース	対象	練習曜日	練習時間	月会費
S	ぷかぷかベビーコース	6ヶ月～3才未満	火・金	10:15～11:00	月8回 5,500円
Q	じゃぶじゃぶキッズコース	2才～3才6ヶ月	火・金	11:00～11:45	月12回 7,150円
			水	13:00～13:45	
J	ジュニア本科コース	2才6ヶ月～中学生	土	10:15～11:30	
Z		2才6ヶ月～中学生	土	11:15～12:30	
V		2才6ヶ月～中学生	土	12:45～14:00	
A		2才6ヶ月～6才	水	13:45～15:00	
		2才6ヶ月～中学生	土		
B		2才6ヶ月～6才	月水	14:45～16:00	
		2才6ヶ月～中学生	土		
C		4才～小学3年	月火水金	15:45～17:00	
		2才6ヶ月～中学生	土		
D		小学1年～中学生	月火水金	16:45～18:00	
		2才6ヶ月～中学生	土		
H1		2才6ヶ月～高校生	日	8:50～10:00	
H2		2才6ヶ月～中学生	日	10:00～11:10	
H3		2才6ヶ月～中学生	日	11:00～12:10	



月会費料金表

週1回

平日	土or日
9,130円	9,900円

週2回

平日×2	平日+土or日	土日×2
11,770円	12,540円	13,310円

週3回

平日×3	土日×3
13,420円	15,730円
平日×2+土or日	平日×1+土日×2
14,190円	14,960円

お得な情報！ スイミングスクール会員保護者の皆様へ フィットネス会員のご案内

会員種別	ペアレンツ会員
対象	スイミングスクール生の保護者（ご両親に限ります）
利用時間	営業時間内すべて（休館日を除く）
費用	登録手数料 3,300円（税込）、月会費 4,950円（税込）
利用期間	お子様の在籍期間中 ただし、お子様の休会期間中はご利用いただけません。 （お子様の休会期間中に、保護者の方が施設をご利用になられた場合、お子様の休会が取り消しとなります）
申込に必要なもの	印鑑・親子関係及び本人確認ができるもの（運転免許証・マイナンバーカードなど）・月会費1か月分（2か月目以降の会費はお子様の会費と一緒に自動振替させていただきます）

関西テレビ放送グループ 地下鉄「天神橋筋六丁目」駅より徒歩3分

ライフスポーツKTV天六

〒531-0061 大阪市北区長柄西1-2-25
■営業時間 平日10:00～23:00/土曜10:00～20:00/日・祝10:00～18:00
06-4800-0666 KTVL 検索 https://ktvl.jp
【ご入会受付時間】平日10:00～21:30/土曜10:00～18:30/日・祝10:00～16:30