

月額ずっと6,156円(税込)~

女性専用

30分フィットネス
健康ステーション
月島店

春の入会
キャンペーン

2018年 3/12(月)~4/28(金)



入会特典1

入会金
8,000円
が**無料**

※入会時に事務手数料として、4,000円が必要になります。

入会特典2

先着**10名**の方に！
選べるプレゼント



フラフープ



ヨガマット

入会特典3

他の**フィットネスクラブ**
から今回**乗換**の方には

大 人気の振動マシン体験
3回分プレゼント！



こんなこと 気になる方は是非！

体重?!

肩こり・腰痛?!

運動不足?!

20代~80代の

幅広い層の方が通われています。
運動が苦手という方、
運動のやり方がわからない
という方も一緒に始めてみませんか？

月島店の年齢構成

80代 30代以下



まずは無料で体験！ この機会にぜひお試しください！

※本チラシをご持参ください。

年齢と一緒に体重が増えてきた？！

年齢とともに筋力や代謝が落ちてくるので、若いころに比べると太りやすくなっていきます。しかも体力も落ちてくるので昔に比べ動かなくなってきていませんか？ 30代の頃から運動で、体力・筋力・代謝アップ！太りにくい体を手に入れられます。

肩こりや腰痛、膝痛に悩まされて

30代の運動で姿勢が良くなり、肩こり、腰痛、膝痛の予防・改善の効果が見込めます。姿勢が良い女性はいくつになっても素敵ですね！ 30代の多くの会員さまが効果を実感されています！

運動不足？！ このまま運動しなくていいのかしら？

運動しないまましていると脳卒中や高血圧などの生活習慣病の危険が高まります。いつまでも健康でいて、自分の足で歩くためには、日常的な運動が必要不可欠！ 30代ならお手軽でカンタン、習慣にしやすい運動です。

健康ステーション月島店 会員の皆様の声をご紹介します♪



30

予約なしでいつでもご来店いただけます！
(無料体験などのマンツーマンでの対応を除く)

分フィットネスとは？

軽快な音楽に合わせて、有酸素運動のウォーキングと、各種筋力トレーニングを30秒ずつ交互に繰り返す、カンタンにできる全身運動です。

日本全国で急速に広まっている女性専用の30分フィットネスです。



健康ステーション月島店は、体脂肪計やタニタ食堂でおなじみの「タニタ」プロデュースの30分フィットネス「フィッツミー」と提携し、トレーニングを行ってまいります。



歩く！



筋トレ！

年齢・体力は一切関係ありません！

日本人女性に合わせた油圧マシンを使うので、ご自分の運動能力に応じて、運動の負荷を変えることができます。そして、筋肉痛が起きやすいとされる動作が少なく、運動中に動作を中止すれば負荷がかからなくなります。様々な女性に支持される・それも大きな理由です。

スタッフはすべて女性だから気兼ねなく！



月1回のヘルスチェック！

体脂肪計など、健康をはかる「タニタ」がプロデュースする「体組成計」による自慢のヘルスチェックサービス。体脂肪はもちろん、基礎代謝量、内臓脂肪、筋肉量などの体の組成を細かく計測。お一人お一人に合わせたアドバイスで健康サポートを行います。



月額 6,156 円～だから、手軽に長く続けられます！

入会時に必要なもの

- ① 入会金 通常 8,000 円が無料
※2018年3月12日～4月28日の期間です。
本チラシをご持参ください。
- ② 事務手数料 4,000 円
- ③ 初月会費 + 翌月会費

まずはお試し 月プラン 7,236 円
(6,700 円<税抜> ※毎月の口座振替)

お得な半年プラン 6か月分 36,936 円
(現金一括払いか毎月分の口座振替を選択できます。)
(1 か月当たり 6,156 円<税込> : 5,700 円<税抜>)
※月プランより半年で 6,480 円お得！

- ④ 銀行通帳 or 口座番号 + お届け印
※<税抜>以外の金額は、全て税込です。
※会員様のご紹介でご入会、または、お知り合いやお友達と一緒に
ご入会なら、お二人に 1,500 円キャッシュバック
消費税込表記の料金は、消費税率が変更される場合、率に応じた料金も変更になります。

女性専用

30分フィットネス健康ステーション 月島店

無料体験のご予約・お問い合わせはお気軽にお電話ください
直通ダイヤル 03-5859-0774

ご入会の前に、マシン操作・レッスン方法・体組成測定などを無料で体験いただいております。無料の体験は、お一人様、お一人様ずつで行いますので、お手数ですが必ず事前にお時間調整いただき、ご予約いただいた上ご来店ください。



中央区月島 3-13-7
2階
※清澄通り沿いに面した
自転車屋さんの隣の新築の
2階です。2階へは路地に少
し入っています。

- 営業時間 平日 10:00~12:30
14:00~20:00
土曜日 10:00~14:00
- 定休日 日曜日・祝日等
- HP 【月島 30分】で検索