

今、運動を始める人、増えています！運動することを悩んでいた方。まずはご来館ください！

# 健康習慣をサポート。

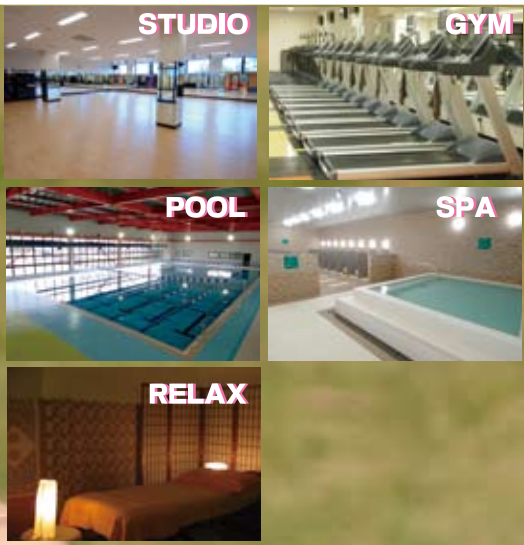
**体重増加** **体力低下** **ストレス増加**

# 健康不安、悩みを改善！

はじめて施設をご利用いただくお客様  
営業時間内全ての施設をご利用いただけます。

# 無料体験できます！

※施設利用が初めての方に限ります。



## ご入会特典

7月30日までにご入会いただくと

# 8月分月会費

最大 **19,030 円分**

(ファミリー会員の場合)

※4ヶ月以上のご継続が条件です。

# 0

¥

【ご入会時に必要なもの】

①日割り料金 ②登録料 (3,300円) ③会員証代 (1,100円) ④身分証明書 ⑤口座番号 (八十二銀行・長野信金・ゆうちょ・JA) ⑥口座お届け印

【ご入会条件】

ご利用は中学生以上が対象となります。(18歳未満の方は親権者の同意が必要) 妊婦の方、刺青、タトゥーのある方はご利用をお断りしております。その他、会員会則に反する方のご利用はお断りする場合がございます。

## 初めての方もご安心ください！運動初心者安心サポート 希望者に限ります。

<p>①フロントで入館</p> <p>フロントにてチェックイン！ さあ、運動スタートです。</p>	<p>②カウンセリング</p> <p>運動を済ませたら健康状態や 目標などをご相談ください。</p>	<p>③体組成測定</p> <p>「筋肉量」や「体脂肪」の測定 を行います。</p>	<p>④筋力トレーニング</p> <p>あなたに合わせた種目をトレー ナーが丁寧にご案内いたします。</p>	<p>⑤有酸素運動</p> <p>20分程度のウォーキングやジョギ ングを自分のペースで行います。</p>	<p>⑥ストレッチ</p> <p>運動後にストレッチを行い、筋肉 をほくほくさせます。</p>
---	--	--	--	---	---

■料金案内

〒383-0021 中野市西 1-1-7

# フィットネスクラブエフバイエー中野

# 0269-26-0490

体験申込み / お問い合わせ

TEL.

月～木/10:00～22:00 土/10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00 休館日 / 毎週金曜日・31日 他年間スケジュールによる 写真はイメージです。

<p><b>Fit レギュラー</b> いつでも気軽にご利用されたい方に！！</p> <p>月～木 10:00～22:00 土曜日 10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00</p> <p><b>10,890 円</b></p>	<p><b>Fit ファミリー</b> ご家族でご利用されたい方に！！(2名様から)</p> <p>月～木 10:00～22:00 土曜日 10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00</p> <p><b>19,030 円</b></p>	<p><b>Fit デイタイム</b> 平日の昼間、ご利用されたい方に！！</p> <p>月～木 10:00～17:00 土曜日 10:00～13:30 ※日・祝はご利用頂けません。</p> <p><b>8,690 円</b></p>	<p><b>Fit シニア</b> 60歳以上の方に！！</p> <p>月～木 10:00～22:00 土曜日 10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00</p> <p><b>9,790 円</b></p>
<p><b>Fit ホリデーナイト</b> 平日の夜と土・日・祝日ご利用されたい方に！！</p> <p>月～木 20:00～22:00 土曜日 10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00</p> <p><b>8,690 円</b></p>	<p><b>Fit 中高生</b> 中学生・高校生の方に！！</p> <p>月～木 16:00～21:00 土曜日 10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00</p> <p><b>6,050 円</b></p>	<p><b>お風呂</b> お風呂のみ、ご利用されたい方に！！</p> <p>月～木 10:00～22:00 土曜日 10:00～21:00 日・祝 10:30～18:00</p> <p><b>4,950 円</b></p>	<p><b>ゴルフ+(プラス)</b> ゴルフレッスンもご利用されたい方に！！ (Fitレギュラー会員様は月会費内に含まれます。)</p> <p>ご利用時間は 会員区分により、 異なります。</p> <p>月会費 <b>+1,100 円</b></p>