

健康は日々の積み重ね

運動習慣作りをはじめませんか。



# 最大 19,580 円分

(ファミリー会員の場合)

## 5ヶ月分月会費無料

キャンペーン特典 4月30日までにご入会いただくと

※4ヶ月以上のご継続が条件です。

### 【ご入会時に必要なもの】

- ①当月分月会費（日割分）
- 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。

■料金案内 お客様のライフスタイルに合わせてコースが選べます！

<b>Fitレギュラー</b> いつでも気軽に利用されたい方に!! <b>11,440円</b> 月~木 10:00~22:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:30~18:00	<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) <b>19,580円</b> 月~木 10:00~22:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:30~18:00	<b>Fitデイトム</b> 平日の昼間、ご利用されたい方に!! <b>9,240円</b> 月~木 10:00~17:00 土曜日 10:00~13:30 ※日・祝はご利用頂けません。	<b>Fitシニア</b> 60歳以上の方に!! <b>10,340円</b> 月~木 10:00~22:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:30~18:00	<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!! <b>9,240円</b> 月~木 20:00~22:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:30~18:00	<b>Fit中高生</b> 中学生・高校生の方に!! <b>6,600円</b> 月~木 16:00~21:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:30~18:00	<b>お風呂</b> お風呂のみ、ご利用されたい方に!! <b>5,500円</b> 月~木 10:00~22:00 土曜日 10:00~21:00 日・祝 10:30~18:00	<b>ゴルフ+(プラス)</b> ゴルフレンジ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。) <b>月会費 +1,100円</b> ご利用時間は 会員区分により、 異なります。
--	---	---	---	--	--	--	--



〒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**  
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

体験申込み / お問い合わせ  
**TEL. 0269-26-0490**  
写真はイメージです。

## 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。

### 運動初心者安心サポート

初めての方もご安心ください! 希望者に限ります。

<b>①フロントで入館</b>  フロントにてチェックイン! さあ、運動スタートです。	<b>②カウンセリング</b>  着替えを済ませたら健康状態や目標などをご相談ください。	<b>③体組成測定</b>  「筋肉量」や「体脂肪」の測定を行います。
<b>④筋力トレーニング</b>  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。	<b>⑤有酸素運動</b>  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。	<b>⑥ストレッチ</b>  運動後にストレッチを行い、筋肉をほぐします。