

メディカルアスレチックジム

メディカルアスレチックジムとは？

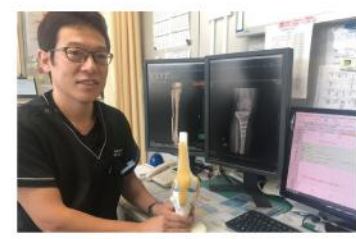


生活習慣病やスポーツ傷害の予防・改善を目的とする**医療法人が管理する運動施設**です。
 個人の目的に応じたオーダーメニューを作成し、3ヶ月ごとに無料で効果測定を行います。

成果一例 -18歳女性 バasketボール選手 半月板損傷手術の約6ヶ月後の成果-
 目的: スポーツ競技への早期復帰

【トレーナーの声】
 手術後早期から、リハビリとトレーニングを実施し、筋肉量を増加させ、予定よりも早く復帰することができました。目前に控えていた大会に出場することができ、優秀な成績をおさめることができました。

- 体重...60.3kg→61.5kg **1.2kg↑**
- 筋肉量...43.5kg→44.5kg **1kg↑**
- 体脂肪率...22.9%→22.5% **0.4%↓**



医師 井上 悟史

これまで、メディカルアスレチックジムをご利用された患者様を通じて、その有効性を改めて感じています。運動を行うことで身体能力は若返り、これまでの治療ではスッキリしなかった方々も、診察にて痛みが軽減がみられています。また、スポーツ選手においては、勝つために必要な筋力を養い、素晴らしい成績を収めています。術後の競技復帰にも効果は大きく、怪我をする前以上の状態で復帰を果たしています。

-56歳女性 約3ヶ月後の成果-
 目的: 半年で体脂肪を減少させたい、姿勢を良くしたい

【利用者様の声】
 正しいトレーニング方法が的確な指導でうけられるのでよく良かった。
 半年で体脂肪が2kg減を目標としていたので、3ヶ月で1.4kgも下がってうれしい。会社の健診で身長が1cm伸びたことが分かり、姿勢が良くなっていると実感している。

- 筋肉量...35.1kg→36.6kg **1.5kg↑**
- 体脂肪量...15.8kg→14.4kg **1.4kg↓**
- 体脂肪率...29.7%→26.9% **2.8%↓**

会員種類	会費(月額)	利用時間
一般会員	¥7,700	10:00~21:00 *注:土曜日17:00
デイ会員	¥6,050	10:00~17:00
ナイト会員	¥6,050	17:00~21:00
学生会員	¥3,300	10:00~21:00 *注:土曜日17:00
メディカル会員	¥3,300	10:00~21:00 *注:土曜日17:00

4周年記念キャンペーン! 9~12月限定!!

入会金¥11,000、事務手数料¥3,300無料!

忙しくて来館回数が少なくても
 お得なチケット制度あり。

●チケット5枚綴り
 ¥8,250 (¥1,650/1回分)
 使用例: トレーニング、Inbody 測定、教室

※ポイント対象

パーソナルトレーニング実施中!

目的に合わせたマンツーマン指導だから初心者でも大丈夫!

会員割引あり!

- ストレッチ 1回45分 ¥8,250
- トレーニング 2回目以降 ¥6,600
- 習慣指導

個人のお悩みに合わせたマンツーマン指導!
会員価格 ¥3,300/回
 *初回のみ、InBody測定¥1,650/回がかかります。

教室スケジュール

	月	木	金	土
13:30	股関節を動かす教室	お腹を凹ます教室	/	/
14:30				
15:00	腎筋 TRAINING	足のお悩み解決 ストレッチ	体幹 トレーニング 教室	ベースアップ CORE トレーニング
16:00				
	担当:小坂	担当:南	担当:荒武	担当:前田

会員になると個人の目的に合わせた、
各教室が一般価格の半額で受講可能!!