



MEDICAL FITNESS KYORITSU
メディカルフィットネス共立

何かを始めたいあなたに……

1 Point 病院と連携した運動療法を提案!

病院による疾患別の運動方針に基づいた運動療法をご提案します。また、各分野の認定看護師が講習会を開催。心不全・狭心症予防や尿漏れケア等、身近なお悩みの対策方法をレクチャーします。

2 Point 好きなときに好きなだけ利用可能!

営業時間内なら、いつでも運動設備もスタジオプログラムも利用し放題です。ご自身の体調に合わせて、何度でもご利用してください。

3 Point

個別の運動メニューを無料作成!

体成分分析装置を使用して、筋肉量や脂肪量など身体を細かく分析し、その結果をもとにみなさまの身体の状態に合わせてオリジナルメニューを作成します。

※セルフ会員の方は一部利用できないメニューがございます。

体験キャンペーン実施中!

2020年1月末まで 選べる2プランをご用意!
「たっぷりプラン」&「お気軽プラン」

一週間も、体験できる「たっぷりプラン」がオススメ!
会員体験ですので、会員の方と同程度の内容がご利用可能です。

キャンペーン期間中

通常 1,000円を
500円 (税込)



運動設備の自由なご利用



各種スタジオプログラムへのご参加



更衣室とシャワーのご利用



体験利用時間: 普 8:00~17:00 土 9:00~12:30

わからないことや不安なことなどありましたら、当館スタッフが丁寧にご説明いたします。遠慮なくお尋ねください!
※一部ご利用いただけないものがございます。

「お気軽プラン」1日体験!(無料)もご利用ください。

おかげさまで大好評! 楽しいスタジオプログラムにも参加してみよう!

ストレッチやエアロビクス、筋力トレーニング、ダンス、ボクシングなど、豊富なプログラムをご用意。初心者から上級者まで、体力や目的に合わせてお選びいただけます。ヨガ・ピラティス、バレエなども皆様にご好評いただいております。



【ストレッチ・ヨガ】

筋肉をゆっくり伸ばし、ストレッチポールやヨガのポーズで心身のバランスを整えます。



【バレエストレッチ&エクササイズ】

バレエダンサーのストレッチやトレーニングを初心者向けにアレンジ!美容効果やむくみや冷え性の改善も期待できます。

体験
できます!



スタジオプログラムの詳細はwebでご覧いただけます。



高齢者いきいき活動ポイント事業 認定施設
メディカルフィットネス共立
連携病院: 広島医療生活協同組合 広島共立病院

まずは、お電話ください。平日 8:00OPEN!

082-879-1126

詳細は裏面をご覧ください。▶

組合員限定!
新会員制度
「セルフ会員」を増設!
※組合員(広島医療生活協同組合)に加入
の方限定の制度です。

おかげさまで
大好評!!
セルフ会員

仕事帰りに
少し体を動かしたい!

『気軽にトレーニングマシンを使えたらなあ...』
『平日夜のウォーキングの代わりに』など
ご自身のライフスタイルに合った時間で利用できて、
しかも『お財布にもやさしい』
と会員の方からも好評です。



スタジオ以外のマシンや器具が自由に利用できる、組合員の方限定の会員システムです。ご自身のペースで運動をお楽しみいただけます。

※セルフ利用時間中はスタッフ不在となりますが、セキュリティ対策を行っておりますので安心してご利用ください。詳しくはスタッフにお尋ねください。

お財布にやさしい 月会費 **2,500円** (税抜)

セルフ会員 利用時間 平日 17:00~22:00 土曜 12:30~18:00

メディカルフィットネス共立の豊富な設備と会員プランで ご自身にあったトレーニング始めませんか?

■ 運動設備

※セルフ会員の方は、スタジオプログラムにご参加できません。



ランニングマシンやバイクなどの最新マシンをご用意しています。



初心者や高齢者も、気軽に使える最新マシンをご準備しています。



安全性の高い電磁気によるプレーキ負荷マシンをご準備しています。

初心者や体力に自信のない方も、安心して運動できます。

■ 会員プランと料金 (税抜)

	入会金	月会費	
		組合員*	非組合員
マスター会員	0円 キャンペーン期間中	6,000円	7,500円
ファミリー会員		5,500円	—
セラピー会員		5,500円	6,000円
シニア会員		4,500円	5,000円
セルフ会員		2,500円	—

会員種別

【マスター会員】一般入会での個人会員 *満年齢15歳(高校生)以上の方
【ファミリー会員(組合員のみ)】広島医療生活協同組合員であり、マスター会員の同居家族
【セラピー会員】広島共立病院、医療生協医科診療所に、年に1回以上定期通院されている慢性疾患患者の方
【シニア会員(70歳以上)】70歳以上の方が対象、一般入会での会員
【セルフ会員】広島医療生活協同組合員の方

会費(月払い、年間一括払い)が約30%~40%OFF!

入会に必要なもの

- ①入会金(キャンペーン期間中は0円) ②事務手数料1,000円(税抜)
- ③2ヵ月分の月会費(1ヶ月目は日割りも可) ④本人確認証明書類
- ⑤口座引き落とし銀行の通帳と印鑑

Point カラダの分析でご自身にあったトレーニングを

「体成分分析装置 InBody」で筋肉量や体脂肪などカラダの内側をきめ細かく分析します。
※セルフ会員の方は、ご利用できません。



メディカルフィットネス共立

〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目19-6
見学だけでもOK! まずは、お気軽にご連絡ください!
082-879-1126

■ 営業時間: 平日 8:00~22:00 (最終受付 21:30) 平日の営業時間延長!
土曜 9:00~18:00 (最終受付 17:30)
■ 休館日: 毎週日曜日、祝祭日、年末年始、お盆 他

URL <http://www.hiroshimairyo.or.jp/fitness/>
最新情報がいっぱい! プログも見てね! スマホからも閲覧いただけます。
チラシ有効期間: 2020年1月31日まで