

# お客様の声

## ご紹介

運動習慣や  
治したいところを  
重点的に指導してくれる  
システムがすごく良いで  
す。

腰痛などカラダ  
の不調に合わせ  
た運動ができ  
る。

アットホームで  
優しい先生揃い。  
先生方の指導が的確  
で  
素晴らしいです。

体重減量前の  
筋肉増量中の現在  
3か月でその数値がデータにて  
如実に結果が見られることに  
満足している。

適切な指導の下、励ま  
していただきながら  
楽しく運動することが  
できる。

入会することをずうーと迷ってい  
る時期がありました（60代頃）  
でも今は参加して本当に良かった  
と思っています。  
ご指導により、カラダを動かすこ  
との大切さを知りました。

メディカルフィットネスセンター  
くすのきはどこなところ？

### 少人数制

あなたの体力や  
その日の体調に合わせて  
無理なく効果的に  
身体をサポートいたします。

### 目的別制プログラム

膝痛・腰痛などの機能改善  
姿勢改善・生活習慣病対策など  
目的に合わせた充実した  
教室プログラムがございます。



### 安心の医療サポート

ご入会時に併設の健診クリニック  
でのメディカルチェックで  
安全に運動を開始できます。

### 定期的なカラダチェック

動脈硬化測定・体組成測定  
体力測定など、カラダの状態を  
可視化し、個別にアドバイス  
いたします。

### 健康情報をSNS配信

ライフスタイルや年齢に合わせて  
運動だけでなく、栄養や休養など  
健康づくりのお役立ち情報を  
配信致します。

運動初心者の方でも  
安心してご参加ください

所沢中央病院内

メディカルフィットネスセンター

申込・お問い合わせ

tel 080-3531-8796

〒359-0037埼玉県所沢市くすのき台3-18-1

営業時間：月～土 9：00～17：00

休館日：日曜日・毎月第5週目・年末年始



くすのき