

選ばれる4つの特徴

01

経験豊富な
専門指導者が
ご指導!

02

カラダの
お悩みを伺い
最適なプランを
ご提案!

03

健康づくりを
楽しみながら
取り組める!

04

フレンドリーな
雰囲気仲間が
しやすい!

医師
監修

メディカル
フィットネス

医療法人で20年以上取り組んできた
メディカルフィットネスの経験を活かし、
予防医学に基づく運動療法プログラムを
ご提供しております。

このままだと3年後に
普通に歩けなく
なるかもしれません。
座っている時間が長いこと
ほとんど同じ姿勢で過ごしていることが
原因かも

ドキッとした方
はこちらへ

無料体験

お申し込みはお電話か2次元コードで
0422-33-1005



姿勢改善教室

2ヶ月間の集中改善で自信を取り戻す



詳しくは
こちら



入会応援キャンペーン!
事務手数料 通常 ¥2,200(税込)

※4月30日(木)まで

¥0

医療法人社団 和風会
メディカルフィットネスクラブ武蔵境
ヴァリュウスイミングスクール

詳しくは
こちら



〒180-0023 東京都武蔵野市境南町 2-8-19 小田急バス武蔵境ビル 2F

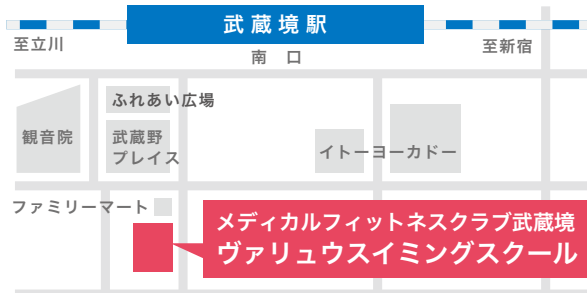
営業時間 月～木 10:00～21:30 (プール・ジム 21:00 まで)

土日祝 10:00～18:00 (プール・ジム 17:30 まで*土曜日のプールは 15:00 まで)

休館日 毎週金曜日・第5週目の日曜日・年末年始

■電車でお越しの方 JR 武蔵境駅南口徒歩約2分

■お車でお越しの方 ビル1Fに駐車場がございます。(入庫から30分無料です)



*画像はすべてイメージです。

気になる
お身体のこと
ご相談ください!!

無料体験



運動を継続
するには?

足腰の衰えが
気になる...

あちこち
体の痛みが

医者から
運動をすすめられた

疲れ
やすい



一生歩ける足腰をつくる!!

3つのステップ

運動初心者
大歓迎!

01 まずは身体の状態を
お調べします

フィットネス チェック

生活習慣チェックからスタートし
身体組成・持久力等を測定し、
お悩みや目標も併せて伺います。

- 生活習慣チェック
- PASESA 測定
(血管硬化度がわかります)
- 体組成測定
- 持久力測定

血管硬化度を
調べてみませんか? 血管の老化度や柔らかさを
調べて病気の予防に努めましょう!

02 ていねいなサポートで
効果的で安全な運動を

フォローアップ

運動を初めて行う方へのサポートシステムです。
正しく運動が行えるようにスタッフが1対1で
対応。確実な効果を継続実践のために
誠心誠意サポートいたします。

03 身体を動かすことを
生活の一部に

運動の習慣化

ライフサイクルに自然なかたちで
運動を取り入れます。
アフターフォローも私たちにまかせください。

フィットネス
プログラムの
ご案内

- ストレッチプログラム
- トレーニングプログラム
- バランスプログラム
- アクアプログラム
- 泳法系プログラム

その他、人気のピラティスや
姿勢改善教室など多数、
詳しくはお問い合わせください。



入会に
必要なもの

- 事務手数料 (2,200 円 / 税込)
- ご利用開始月の月会費
- キャッシュカード (月会費お支払い口座のカード)

*入会月は日割り計算 / 翌月以降自動振替
*スイミングスクールは利用開始日が16日以降の場合、開始月の月会費が半額になります。

医療法人社団 和風会
メディカルフィットネスクラブ武蔵境
ヴァリュウスイミングスクール

☎0422-33-1005

会員種別

種別	月会費	内容
レギュラー 会員	7,920 円(税込)/月	ご入会後カウンセリングを行い、 お客様をサポートいたします。

*ご利用は16歳以上の方を対象とさせていただきます。



*画像はすべてイメージです。