



Q 「病院内にあるけど、誰でも会員になれるの？」

A 「はい、もちろんです!!」

健康に不安のある方、患者さま、カラダを鍛えたい方など、目的は様々ですが、どんな方にも「最適なトレーニングメニュー」があり、これをご提案します。「正しい運動をやりたい」という方は、ぜひ当クラブへご相談下さい。
ただし、18歳未満の方はご入会できませんのでご了承下さい。

Q 「月会費がお高めねえ」

A 「トレーナーを常駐させ、各種サポートも含み、たしかな指導を行う価格です」

ここ数年、街中に会費の安いクラブが増えております。「とにかく安いところが良い!!」という方は、そちらをご検討下さい。
私たちは、安全に・確かな運動を行って頂きたいということと、日頃の動きをチェックしてメニューの更新に反映させることから、全営業時間中トレーナーを常駐させています。また、理学療法士によるメニューチェックや、管理栄養士によるアドバイス、スタジオレッスンなど、全てのサービスを含んだ価格としています。私たちトレーナーの持っているスキルをご提供するうえで、妥当な価格であると考えておりますので、ぜひ当クラブで「あなたの人生の役に立つトレーニング」を行って下さい。

Q 「医者に無理しないで、と言われているのですが」

A 「無理しない=全く動いてはいけない? いや、そうではないと思いますよ」

悪魔の囁きでもある「無理するな」。おそらく、あなたのためを思って言ってくれた言葉だとは思いますが、後から振り返って、そこが人生の（悪い意味で）ターニングポイントだった、という方もいらっしゃいます。特に痛みで悩む方など、動くとうるは当然ですが、一時的なごまかしで動くことを制限すると、「本当に動けないカラダ」になってしまい、取り返しがつかなくなります。私たちは、「まず今できること」を考え、そこから少しずつカラダの状態を引き上げ、自信を与え、「動くことができる喜びの実感」まであなたを引き上げます。何も鍛えるだけが運動ではありません。身体の機能を改善させることも、私たちが力を入れているポイントです。

Q 「私にできる運動はあるのかな？」

A 「まずは一度ご来館下さい!!」

運動してみたいけど不安、という方は、一度ご来館下さい。トレーナーが「今のあなたにできること」と、「こう変わっていくはず!!」というストーリーをお話します。