



さあご一緒に!健康フィットネス
カラダらくらく
ココロいきいき



シニア向けフィットネスジム&リフレッシュスペース
らくちんフィットネス アピタ
 長久手店

10 | **23** 14:00
 水 → **OPEN**

入会キャンペーン受付中!

入会登録費
 ¥3,300が!
¥0
 +
 入会記念品
 プレゼント

さらに嬉しい!キャンペーン

3ヵ月らくちんパックお申し込みで
1ヵ月利用料 無料
 1日パスポートお申し込みで
1日利用料 無料 カラダ
 バランス
 測定無料

【入会キャンペーン期限】 11月30日(土)まで

元気シニアのらくちんコミュニティ

らくちんジム&施術、遊びカフェでらくちん放題! 楽しく遊びながら健康増進するのがらくちんの流儀!!

[らくらくゾーン] らくちん運動マシン ジム放題	[ゆうゆうゾーン] カフェ・レパチテーブル リラク放題	[のびのびゾーン] ごろごろストレッチ&施術 ケア放題
---------------------------------------	--	--



長久手市戸田谷901-1アピタ長久手店 B1F
 AM10:00~PM9:30
<https://rakuchin.fit>

【お問合せ】

TEL.0561-78-2240





3か月らくちん健康!!

らくちんパック

[スタンダードパスポート]

頑張るあなたを
応援します!



テレビ愛知
「元気はつらつらくちん体操」監修
健康運動指導士 小笠原 陽子

カラダの悩みを

スッキリ解消!!

STEP 1

「健康カラダチェック」

自分を知る/見える化

カラダバランス測定(体組成形・姿勢測定)やヒアリングによってあなたの健康カルテの作成をします。カウンセリングによりこれから何をどのように改善するのか個別メニューを提示。具体的なカラダづくり計画を個別指導でサポート!

STEP 2

「フィットネス指導」

カラダの動かし方と休め方

多機種のらくちん運動マシーンで無理なくあなたに合わせたトレーニング法を指導します。ストレッチやバランスボールを使って体幹を整えましょう! カフェ&トレパチテーブルを利用して仲間づくりはいかがですか? ココロを休めてコミュニケーションを!

STEP 3

「健康カラダチェック」

カラダの改善測定と習慣化

健康計画の進捗チェックと3ヶ月間の目標達成・効果測定。自分の健康テーマに合わせた運動の習慣化を推進します。自宅でもできる健康カラダづくりもアドバイス。あなたに寄り添いながら健康サポートを!

プレミアムパスポートは理学療法士等リハビリ専門職によるカラダ改善指導とボディケア施術をうけられます!

利用料金メニュー(税込)

入会登録費	空いた時間で気軽に通える		3ヶ月らくちんパック利用料金	
	1日パスポート	スタンダードパスポート	プレミアムパスポート	
3,300円	1,100円/1回	6,600円/月額 通い放題	13,200円/月額 通い放題+指導 ボディケア施術	

オプション利用料金[理学療法士](税込)

オプション利用料金[理学療法士](税込)			その他オプション利用料金
ボディケア施術(45分)	ボディケア施術(15分)	カラダ評価&個別指導	カラダバランス測定 (体組成計・姿勢測定) 2,200円
7,700円	3,300円	5,500円	



長久手市戸田谷901-1アピタ長久手店 B1F
AM10:00~PM9:30
<https://rakuchin.fit>

【お問合せ】

TEL.0561-78-2240

