

<ご参考>

■西葛西店リニューアルポイント

▼コンセプト：運動の習慣化

▼ターゲット：フィットネスジム初心者

▼トレーニングの特長：運動が習慣化するためのスマ 100 独自のプログラム

① スマ 100 オリジナルトレーニングプログラム

ストレッチマシン、ストレングスマシン、有酸素マシンを使い、3つのステップで簡単な運動の組み合わせで、筋肉量アップや脂肪燃焼につながります。

② 100 日サポート（無料）

入会から 100 日間、計 12 回にわたり、運動が習慣化するといわれる 100 日間までサポートいたします。

③ マイページによるログ管理

ご自身の体の状態をはじめ、マイページでは 1 人でもトレーニングできるようにトレーニングメニューをナビゲーションいたします。

▼設備等：顔認証による非接触の入退館システム

▼プレオープン時のお客様の声：

スマートフィット 100 西葛西店では、リニューアルプレオープン時に多くの反響をいただきました。

- ・フリーウエイトが縮小してハードな印象が減り気楽に運動できるようになるのは嬉しい(60 代女性)
- ・ジム未経験者で、運動不足を感じスマ 100 が初めて来たフィットネスクラブ。運動が習慣化するまでサポートしてくれるのはどこにはないサービスなので嬉しい(30 代男性)
- ・フリーウエイトを使う本格派が多い環境は委縮してしまうので嫌だ、ここの設備はそういう層の方が来ないので気持ちよく運動が出来そう。(30 代男性)