



カラダ、キモチ、引き締めよう

ビジネスモーニング

メンバーコース

大好評!

ビジネスモーニング

利用時間

月～水・金曜日 / 7:30 ▶ 10:00

※クラブ営業開始時間前につき、7:30～9:00はセルフ利用となります。
※スタジオ・プールエリアはご利用いただけません。(祝日は除く)

会員コース別追加料金 / 月

オールアクセス会員・レギュラー会員・
ファミリー会員、スチューデント会員

1,100円 (税込)

月会費に
プラスして
朝活
はじめよう!

その他会員 1,650円 (税込)

利用可能施設

ウェイトマシンエリア・マシンジムエリア(一部)・カーディオエリア・
フリーウェイトエリア・ストレッチエリア・
フィットネスロッカー・シャワーブース・
パウダールーム



朝活のメリット

集中力が高くなる

朝起きてすぐの脳は、まっさら
で覚醒している状態。
脳が疲れを感じていないため
集中力が高まり運動に最適
です。



朝活のメリット

自己肯定感アップ

朝活を始めると、自然と早起き
の習慣が身につきます。それ
により達成感や充実感が得られ、
自己肯定感がアップします。



朝活のメリット

心身ともに健全に

基礎代謝向上、免疫機能を強化
します。またより良い睡眠を得
るのに役立つのでストレス解消
にも効果的! 1日のパフォーマ
ンスをより高く達成できます。



ウェイトマシン

ワンフロアで
使いやすい!

同一マシンの複数設置で
快適にご利用いただけます!

会員様限定価格で『朝活』を
プラスしませんか? 5/31日まで

期間中、現会員種別に「ビジネスモーニング会員」を追加手続きいただくと...

フィットネス

種別変更手数料

0円