

サーキットトレーニング  
トレーニングジム

富士川町民体育館から移転して

4月1日オープン!

富士川町指定管理施設

# ブルーアース

## MY-BODY 富士川

富士川町トレーニング室をブルーアースが指定管理者として管理運営を行います。

月々利用料金【通常3,780円〜】のところ…今月中に申し込み頂くと

トレーニングジム  
使い放題で  
ずっと  
この利用料金

月々  
利用料金

2,980円〜

詳細は裏面に

税込

お手軽、簡単 サークット会員もあります!



※画像はイメージです

男女別更衣室・シャワールーム完備!



※画像はイメージです

富士川町  
指定管理施設

# ブルーアース MY-BODY 富士川

〒400-0501 山梨県南巨摩郡富士川町青柳町973番地1 フォレストモール富士川G棟内

営業時間

定休日

火~土 / 10:00~21:00  
日・祝 / 10:00~18:00

毎週 月曜日

お申込み・お問合せは

☎0556-48-8503

## 健康が近くにやってきました

「基礎体力向上」 「健康増進」 「腰痛予防」 「姿勢改善」  
「筋力アップ」 「ダイエット」 「アンチエイジング」 「ストレス発散」

# 今だけの限定料金!

会員種別		通常利用料金 (税込)	オープニング利用料金 (税込)	
サーキット会員 <small>サーキットトレーニング開催時間 【火～金】10:00～13:00、15:00～19:00 【土】10:00～13:00 トレーニングルームも使い放題</small>	入会料	<del>2,160円</del> →	入会料	<b>0円</b>
	登録料	500円 →	登録料	<b>500円</b>
	月々	<del>5,940円</del> →	月々	<b>3,980円</b>
<b>今月中に申し込み頂くとお得です!</b>				
<b>今月末までのお申し込みでず～っとこの利用料金 (口座引落)</b>				
ジム会員	1ヶ月 使い放題	月々 <del>3,780円</del> →	月々	<b>2,980円</b>
都度利用	町内	<del>430円</del> →		<b>380円</b>
	町外	<del>650円</del> →		<b>480円</b>
11回券	町内	<del>4,320円</del> →		<b>3,800円</b>
	町外	<del>6,480円</del> →		<b>4,800円</b>
<b>今月末までのお申し込みでず～っとこの利用料金 (口座引落)</b>				
<b>先着100名様</b>				
<b>先着100名様</b>				
<b>先着100名様 1名様2枚まで (期限3ヶ月間)</b>				

## Q. ブルーアースMY-BODY富士川ってどんな施設なの?

山梨・静岡・東京でスポーツクラブなどを展開しているブルーアースグループが、富士川町トレーニング室の指定管理者として選定され運営いたします。トレーニングマシンや、ランニングマシン、エアロバイクを備えたトレーニングルームと、「サーキットトレーニング」スペースもあり、運動初心者やご年配の方でも安心して運動が行えます。冷暖房完備。

## Q. サークット会員って?

【火～金】10:00～13:00、15:00～19:00【土】10:00～15:00にサーキットトレーニングレッスン開催。開催時間内のお好きな時間から自由に参加できます。20分間の間に筋力トレーニングと有酸素運動を交互に30秒ずつ行う軽運動です。姿勢改善やダイエットなど様々な効果があるとされ、ご年配の方や運動初心者の方でもすぐに行える運動教室です。もちろんトレーニングルームも営業時間中は使い放題!

## Q. トレーニング方法やマシンの使い方も教えてくれるの?

マシンの使い方はもちろんのこと、マシンを使わないトレーニング(運動)方法など、スタッフがアドバイスを行います。お気軽にご相談ください。体組成測定器もご利用いただけます。その測定結果を基にトレーニングアドバイスも行います。

## Q. どんな設備(施設)があるの?

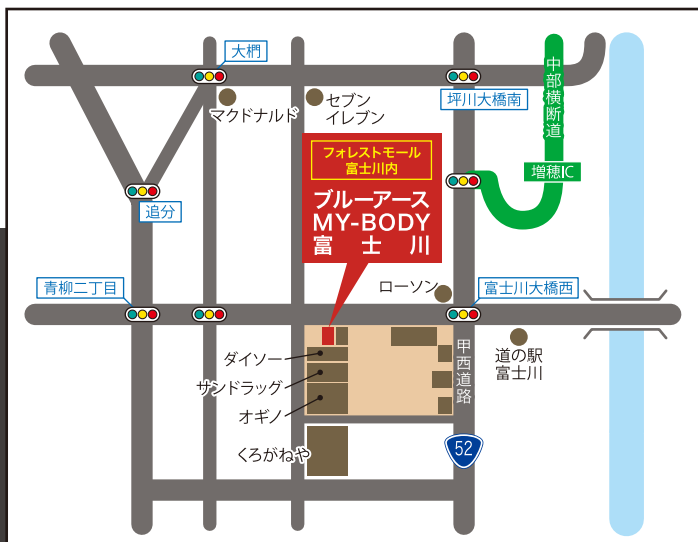
全身の部位に対応できる筋力トレーニングマシン11台、ランニングマシン3台、エアロバイク3台がございます。他にも、バランスボールや、ゆっくりストレッチができるストレッチマットもあるので様々なトレーニングが可能です。また、男女別の更衣室があり、それぞれにシャワーブースも完備。運動後も快適です!

## Q. トレーニングメニューって作ってくれるの?

健康運動指導士などの有資格者の監修の下、お一人お一人に合ったトレーニングメニューを作成いたします。まずはベーシックコースから始まり、その後はご希望によって「ダイエットコース」「体力アップコース」「アスリートコース」「姿勢改善コース」などこれら以外にも様々なご要望にお答えいたします。

## Q. 会員にならないと使えない?

サーキット会員とジム会員は、会員制のコースとなります。都度利用と11回券は、使いたい時だけご利用できます。ご利用頻度や、ライフスタイルに合わせてのご利用が可能となっております。



## サーキット会員・ジム会員 ご入会に必要な物

※ご利用は16歳以上となります。なお、未成年(16～19歳)の方は保護者の同意が必要となります。

- 通帳 (山梨中央銀行・山梨信用金庫・甲府信用金庫・山梨県民信用組合・ゆうちょ銀行)
- 銀行お届け印 ● 登録料 ● 月会費2ヶ月分

富士川町 指定管理施設 **ブルーアース MY-BODY 富士川**  
〒400-0501 山梨県南巨摩郡富士川町青柳町973番地1 フォレストモール富士川G棟内

営業時間 火～土 / 10:00～21:00  
日・祝 / 10:00～18:00

定休日 毎週月曜日

お申込み・お問合せは

**☎0556-48-8503**