

サーキットトレーニング

筋力トレーニングと有酸素運動(踏み台昇降)を交互に行う簡単なトレーニング。脂肪燃焼に効果的。



利用料金

初期登録費用 13,000円

レギュラー 12,000円

全営業時間で利用可。半年に1度、希望者に血液検査を実施

ペア 11,000円

2人で同時入会するとお得なプラン。内容はレギュラーに準ずる

ファミリー 10,500円

ご家族で入会するとお得なプラン。内容はレギュラーに準ずる

ナイト&ホリデー 9,800円

平日は19:30~22:30、土、日、祝は全営業時間利用可

デイトタイム 9,200円

平日9:30~18:30まで利用可



“ウェルネスキー”で個々のデータを管理



トレーナーがひとり一人に合わせて作成したトレーニングメニューや、日々の運動内容をデータとして保存。毎月1か月間の運動量が一目で分かるレポートを配布

月5,000円の モーニング会員スタート!!

限定50名

●お申し込み受付:3月4日から ●ご利用:4月1日から [平日10:00~12:00利用限定]

フィットネスマシン

スタジオレッスン

贅沢SPA

が、平日(月~金曜)午前中なら使い放題!

医療機関併設ならではの安全で効果的なメニューを一人ひとりに合わせて指導してくれる「ヴァレオプロ」では、お得な「モーニング会員」をスタート。最新のフィットネスマシンやスタジオレッスン、贅沢なスパ施設がなんと、平日午前中なら何回利用しても月5,000円!! ちょっとリッチなフィットネスクラブで、キレイに磨きをかけよう!



最新鋭のマシンでトレーニング

ジムエリアではイタリア製の最新鋭マシンで、無理なく効果的なトレーニングを。他にもヨガ・ピラティスなどのスタジオレッスンも豊富に揃う。



赤城ビューの天然温泉でゆったりリラックス

気持ちよく身体を動かした後は、天然温泉がけ流しのスパ施設でリフレッシュ。赤城山が一望できる露天風呂をはじめ、ジェットバス付の内風呂で優雅なひとときを。

メディカルフィットネス&スパ

ヴァレオプロ

高崎市矢中町188

TEL.027-350-1177

営業時間/平日 9:30~22:30 土曜 9:30~21:00

日曜 9:30~19:00

休館日/第1・3金曜日、年末年始、保守点検日年3回

www.bishinkai.or.jp/valeopro/

無料1日体験
参加者大募集!

1日3名限定・要予約
3/1~3/31まで

詳しくは左記へお問い合わせ下さい

