

100%  
達成!  
初心者継続率

# 今年のうち 身体を変えろ!

enjoy autumn

年末年始に焦る自分とサヨウナラ



お得な  
入会特典  
10月31日\*まで

入会金  
通常3,300円  
初回月会費  
通常7,700円  
~11,110円

# 0円

\*無料期間を除いて3ヵ月以上の在籍が適用条件です。  
退会された方は、退会后6ヵ月以上経過している方に限ります。

公式LINEを  
友達追加して  
無料体験クーポン  
をゲット!

厚生労働大臣認定  
指定運動療法施設

**スポーツクラブセイシン千代田**  
☎054-264-6330 〒420-0810 静岡市葵区上土2-20-25

営業時間 火~金 10:00~23:30 / 土 10:00~22:30 / 日・祝 9:00~20:00  
受付時間 火~金 10:00~20:00 / 土 10:00~20:00 / 日・祝 9:00~18:00  
休館日 月曜日

**スポーツクラブセイシン葵の森**  
☎054-275-1010 〒420-0007 静岡市葵区柳町207

営業時間 月・火・水・金 9:30~23:00 / 土 9:00~21:30 / 日・祝 9:00~20:00  
受付時間 月・火・水・金 9:30~20:00 / 土 9:00~20:00 / 日・祝 9:00~18:00  
休館日 木曜日

ホームページは  
▼こちらから▼

入会時にご用意頂くもの

登録手数料 3,300円	翌月分月会費 7,700円~11,110円	サーチャージ料 550円
預金通帳or キャッシュカード	届出印	身分証明書 (免許証など)

ご入会予約は  
▼こちらから▼

10/22 (火) セイシン千代田に**新マシン導入決定!**  
頑張らずに整うジムに**進化!** 詳細は裏面へ

目的や体調、気分によって使い方は**変幻自在!** 豊富な運動と新しい挑戦が心と体を変える!

ジム	スタジオ	ヨガ	BODYCOMBAT
プール	サウナ 浴室	UBOUND	プールレッスン

**見学無料!**  
事前にご予約  
頂くとスムーズに  
ご案内できます!

続けやすいから効果が出る! その理由は静岡一のおせっかいサポート体制!

<b>①初回ご利用時</b> 専用のトレーニングプランを作成 カウンセリング 体組成測定 トレーニングプラン作成・案内	<b>②約1ヵ月ごとに</b> ずっと トレーニング内容の追加提案や見直し プランに応じて新しい種目の提案 + カウンセリング	しっかり食べて効果を実感! <b>管理栄養士のサポートも無料!</b> ●「何を食べないようにするか」よりも「何をどう食べるか」を大切にしています! ●セイシンの管理栄養士は料理好き♪献立相談やオリジナルレシピの提案もしちゃいます!
---	---	--

無料食事相談は管理栄養士のInstagramから!

セイシンはジムスタッフ常駐! さらに全員で情報共有! いつでも、誰でもあなたをサポート!

 50代女性 K.K様	10代、20代頃よりも、 <b>今が一番元氣!!</b> 入会してから体重6kg減。セイシンに通い始めてから、体重が減り、体力もつき、自信もついて、毎日が楽しくなりました!	お気に入りポイント インストラクターの <b>気配り、目配りの良さ</b> に感動! その時々や私の事情に合わせて、適切なトレーニング方法をアドバイスしてくれます。管理栄養士さんは夕食の献立相談にも乗ってくれて、定期開催の教室の内容もすごく分かりやすいです。脂肪が減り、筋肉が増えることが数値で確認できるのも嬉しい!	 20代男性 S.M様	体脂肪率 -7% 筋肉量 +3kg 温泉に行ったとき、明らかに体つきが変わったことに気付いて自信が湧いた! 体が変わって自信が湧いたことが姿勢や動作に表れている気がします!	お気に入りポイント インストラクターも <b>管理栄養士も気軽に相談</b> できる! 定期的に新しい種目を教えてくれるおかげで、今では多くの選択肢があって楽しい! カラダの痛みがあって今までの種目ができないときに、負担をかけずにできる種目を教えてくれるなど、自分の状況に合わせてアドバイスしてくれる。管理栄養士がいて、栄養面について学べるのがとても助かる。
----------------	---	--	----------------	--	---

各種月会費 全てのプランに含まれているもの

種別	ご利用可能日	月会費
正会員・ファミリー正会員	両店舗をいつでも終日ご利用可能。 <b>2クラブ利用可能!</b>	正会員 <b>11,110円</b> ファミリー正会員 <b>9,130円</b>
昼会員・ファミリー昼会員	平日 + 土曜日 営業開始~17:00	昼会員 <b>9,130円</b> ファミリー昼会員 <b>8,030円</b>
ホリデー会員	土・日・祝日に両店舗を終日ご利用可能。 <b>2クラブ利用可能!</b>	<b>7,700円</b>
平日午後会員	平日 14:00~18:00	<b>7,700円</b>
ジュニア会員 (中・高校生)	平日 営業開始~22:00 土曜日 千代田 10:00~22:00/葵の森 9:00~21:30 日・祝日 終日ご利用可能	<b>7,700円</b>

現在は水光熱費高騰のため月会費とは別にサーチャージ料550円/月を頂いております。