



体重を減らす!!  
肩こり・腰痛改善!!  
綺麗になりたい!!

叶える為に  
始めよう!

ヴィーナスライフは厚生労働省認可の指定運動療法施設です

山梨県  
唯一!

生活習慣病の改善ならお任せ下さい!  
お医者さんのサポートで安心! 費用は医療費控除の対象!  
※詳細は裏面をご覧ください!

見学体験随時実施中!

少しの時間で効果実感! 初心者の方でも安心サポート!

先着50名 期間限定 レギュラー会員での入会がお得!  
秋の入会サポートキャンペーン!!

お徳01	お徳02	お徳03
入会金 ¥0	事務手数料 ¥0	いつでも使える 会員タイプ
通常: ¥5,250	通常: ¥3,150	通常: ¥7,875

入会月から2ヶ月間 各月  
営業時間内なら  
いつでも使えて! ▶ **¥6,300**

※6ヶ月間継続可能な方に限らせて頂きます。途中退会者は違約金が発生する場合がございます。予めご了承下さい。  
※その他ご利用時間帯に応じた会員種類もございます。

●キャンペーン期間: 10月末まで ※定員に達した時点で終了とさせていただきます。

秋に向けて気になる部分をシェイプアップ!  
安心して始められるおススメプログラム!

短時間でも効果あり! 1人で運動するよりみんなで運動する方が絶対楽しい!

<p>体重を減らす!</p> <p>シンプルな動きの繰り返しで効果的に脂肪燃焼! ストレス発散にもGOOD!</p>	<p>肩こり・腰痛改善!</p> <p>簡単な骨盤動作運動で腰も肩もスッキリです!</p>	<p>綺麗になりたい!</p> <p>スタイルアップは体幹から! ゆったりとした動きで代謝UP!</p>
--	---	--

**安心! 新入会サポート制度** BEGINNERS GUIDANCE

ご利用開始初日から5回利用分担当スタッフが施設利用をサポート(無料)  
※希望者に限ります。

初心者も安心!!  
無料メニュー作成

フィットネスが初めてのお客様もご安心ください。マシンの使い方ももちろん、お客様に合った運動方法やエクササイズ、生活改善ポイントを専門スタッフが1つ1つ案内いたします。

Fujiyama Fitness  
**Venus Life**

厚生労働大臣認定 健康増進施設・指定運動療法施設  
フジヤマフィットネス ヴィーナスライフ

☎ 0555-23-8995 詳しくは「ヴィーナスライフ」で検索  
【営業時間】 平日 10:00~22:00 土日祝祭日 10:00~20:00 【休館日】 毎月第3日曜日

富士山駅  
Qスタ6F

# さあ! 始めよう! ~ 食欲の秋! 生活に運動を取り入れスタイル維持&スタイルアップ! ~

**GYM ジム** マンツーマンサポートで安心 健康増進 体力アップ 発散 引き締め

**体重減少!!** 自分のスタイルで、気軽に楽しく続けられる! 初心者の方にもスタッフが丁寧にご案内致します!

施設見学・体験もO.K!! 安全・安心のサポート!!

効果を出す為にはメニューを作成し、正しい方法でトレーニングするだけなんです!

脂肪燃焼! ダイエットは私にお任せ下さい! 健康運動指導士 天野 健一

**有酸素マシン** 有酸素運動で効果的!! 正しく運動! 脂肪燃焼!!

**トレーニングマシン** 正しく引き締め ジム初心者にもやさしい指導!

美しくなる方法をご案内します! **肩のコリや姿勢改善もお任せください!** 地域初導入! ボディリペア!

→FTPマットピラティス ベンチインストラクター Mami 肩こり腰痛は姿勢改善から!美しくなる方法をご案内します! カラダの調子を整えるのも大切。ヴィーナスライフいち押しピラティスインストラクターがあなたの希望をかなえます!

ストレッチもご案内します!

**無料メニュー作成** ヴィーナスライフなら初めての方でも安心! 運動方法をご提案します。

**カラダをチェック!** 体成分測定器に1分掛かるだけで体脂肪率、筋肉量、基礎代謝など様々なデータを見る事が出来ます。

**カウンセリング** 測定結果を元にお客様に合ったエクササイズやプログラムのご提案を行います。自分だけのオリジナルメニューも作成できます。(無料)

**トレーニング** カウンセリングでご提案したトレーニングマシンを実際に使います。専門スタッフが1つ1つ使用方法を説明いたします。

**STUDIO & PROGRAM スタジオ** 健康増進 体力アップ 発散 引き締め 初心者歓迎!!

週40本以上ある豊富なプログラム! しかもレッスン費無料!

日々のストレス解消やリラックス効果のあるものなど、豊富なプログラムの中であなたにピッタリのレッスンをきっと見つかります。

スタジオレッスンなら楽しく短時間で効果的にダイエットが出来ます!

山梨県でBFSプログラムが導入されているのはヴィーナスライフだけ!

**無料! 納得充実のスタジオプログラム!** 大人気

グループキック グループパワー グループセンタージー グループグルーブ

アクティブ派も大満足! 秋から始めるシェイプアップ!

**無料!** その他ピラティス、エアロビクス多数をご用意しております。

各種エアロビクス からだスッキリ ピラティス 各種ヨガ

運動が初めての方でも安心して楽しめるプログラムが満載!

**山梨県唯一!** 生活習慣病を改善ならお任せ下さい! お医者さんのサポートで安心フィットネス! 費用は医療費控除の対象!

提携医から出される運動処方箋を元に健康運動指導士 / 健康運動実践指導者が直接ご案内します!

**控除の対象** 高血圧症、高脂血症、糖尿病、虚血性心疾患等の疾病で、医師の運動処方箋に基づいて行われるものであること。

ご希望の方は → 【提携医療機関】 **くわぞわクリニック 楽天堂整形外科・楽天堂整形外科** ↑上記提携医受診の上、運動処方箋をお持ち下さい。詳しくはヴィーナスライフ:天野まで Tel.0555-23-8995

あなたのカラダをトータルコーディネート! 腰痛肩こりも解消!

**マスターストレッチ** 筋肉と腱を共に強化調整させながらしなやかに行うことで、より良い姿勢の安定とバランスを得られるストレッチ。 **要予約**

完全プライベート案内なので安心・効果的!!

**フレックスクッション** 随時無料案内!

骨盤を立ててラクラクストレッチ! 柔軟性UPに!姿勢改善に! スタッフが丁寧に案内します

多くのアスリートも使用! フレックスクッション

**ボディバランスコンディショニング** ヴィーナスライフで美BODY! 「ボディバランスコンディショニング!」

骨盤を中心からだのゆがみ・筋肉の左右・上下バランスを改善し、お悩みの症状の緩和や動きやすいアクティブなからだ作りを主として行うコンディショニング。 **要予約**

**アメニティー** 運動の後は、心と体を癒しましょう。

シャワー完備のパウダールーム 保湿・美肌に効果的なナイスチームサウナ 骨盤調整マッサージチェア(有料)

厚生労働大臣認定 健康増進施設・指定運動療法施設 **フジヤマフィットネス ヴィーナスライフ**

**TEL 0555-23-8995**

ヴィーナスライフ 検索

〒403-0005 山梨県富士吉田市上吉田2丁目5-1 Q-STA 6F  
【営業時間】 平日 10:00~22:00  
土日祝祭日 10:00~20:00  
【休館日】 毎月第3日曜日だけ! 好きな時に通えます!

休館日は月に1度の第3日曜日のみ! 年末年始やGW・お盆も営業中!

**会員特典の満載! ふじやま温泉入館料金500円引き!** 最安値!

ふじやま温泉: Tel.0555-22-1126

他にも割引特典多数! こんなにお得なのはヴィーナスライフだけ!

**PRICE**

□ 入会金: 5,250円 □ 事務手数料: 3,150円

会員種別	時間/曜日の制限なし	月会費	ご利用時間帯
レギュラー	時間/曜日の制限なし	7,875円	全営業時間
レギュラーペア	2名様以上の入会がご得!	7,350円	全営業時間
テイクタイム	平日昼間ならこれ!	5,880円	平日 10:00~18:00 (祝日含む)
ウィークエンド	週末のリフレッシュに!	4,725円	土・日・祝日 10:00~20:00

- ご入会手続きの際には必要なもの**
- 身分証明書 (運転免許書・または保険証) ※外国人の方は「外国人登録証明書」
  - 銀行・ゆうちょ銀行の口座番号のわかるもの (通帳・キャッシュカード) ※銀行・ゆうちょ銀行からの引き落としは、原則に入会から3ヶ月目となります。
  - お届け印