



**肩こり  
解消**

肩・肩甲骨周辺のストレッチング&マッサージで血行促進し、肩こり、四十肩の改善に効果があります。



コンビニ  
**フィットネス**



**疲労  
回復**

空気圧により新しい血流の還流を促し、体内部からリフレッシュさせます。



**骨盤  
調整**

腰部をもみほぐすことにより、腰周辺が温まり痛みを和らげ、左右の骨盤のバランスも整えます。



**腰痛  
改善**

骨盤の位置調整と腰部・臀部の血行を促進し、腰痛改善、ウエストのくびれ作り、老化防止にも効果大です。

楽しく気軽にできるから、  
**健康なんてカンタンです。**

**フィットネスマネージャー 山野井 好晴**

こんにちは、コンビニフィットネス御徒町店の山野井好晴と申します。お陰様で、地域の多くの方々にご利用いただいております。これも、会員の皆様をはじめ、地域の皆様のご支援の賜と厚く御礼申し上げます。さて、いつまでも若々しく健康であるためには健康と運動は深い関係にあります。当クラブの会員の皆様からも、「体力が付き、階段を登るのが楽になった」「昔のスカートがはけるようになった」「血液検査の結果が良くなった」等の嬉しいお言葉を沢山いただいております。是非、この機会にご来店頂き、ご自身の健康管理やアンチエイジング対策を始めて頂けたらと思います。皆様の元氣は家族の元氣、地域の元氣につながります。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

**会員様の声**

**N・Mさま**  
コンビニフィットネスは私に癒しと元気をくれる場所です！沢山の友達も出来て、楽しく通っています。いつまでも美しく生き生きと過ごしたいからこそ、これからも無理せず、細く長くフィットネスをしていきたいと思っています。

**I・Nさま**  
母と一緒に通っています。筋肉が徐々についてきたのが実感出来て、とても嬉しいです。クラブでは主にサーキットプログラムに参加しています。他の会員さま・インストラクターと楽しく出来るのがサーキットの良いところ！何よりクラブの雰囲気がアットホームだから、来館が楽しみなんです。

こんな時代だから... **リニューアルオープン1周年記念** がんばる人達へ応援キャンペーン

**500円** ワンコインで1週間体験実施中!!

特典1 体験料キャッシュバック!  
特典2 オリジナル・ダイエットブック&ストレッチブックもれなくプレゼント!

先着30名様!

ナントツ!! 入会後にもがんばっている方へ応援グッズプレゼント!!

その1 1ヶ月継続の場合	その2 2ヶ月継続の場合	その3 3ヶ月継続の場合
オリジナル ハンドタオル	オリジナル エコバック	BMマッサージ券 (30分)

**お得情報**  
ウエイトマシン(マグナム)が新しくなって、更に使いやすくなってリニューアル!!

**会員  
募集中!!**

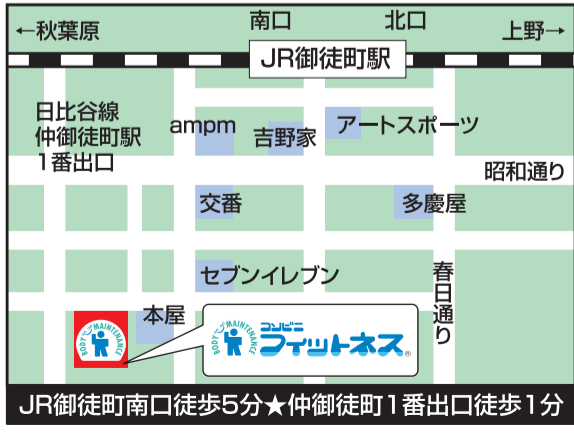
コンビニ **フィットネス** 御徒町

東京都台東区  
台東3-39-4  
1F

☎ 03-5688-5978  
<http://www.convenifitness.jp/>

**営業時間** 月~金 / 12:00~21:00  
(7月・8月 12:00~22:00) ※季節により時間延長予定  
土 / 12:00~18:00

**休館日** 毎週日曜日・祝祭日



**ワンコイン体験クーポン券**  
この券をお持ちになりますと、通常利用料1,575円のところ、500円にてご体験できます。

**予約制** 事前にご予約のうえこのクーポンをお持ち下さい。(お1人様1回限り)

●ご利用可能時間  
月~金:12:00~21:00 / 土:12:00~18:00