

厚生労働大臣認定健康増進施設 (安心安全・全館バリアフリー)

足腰元気なら
もっと人生楽しめる!

いつまでも
動ける
身体を!!

専門スタッフが
全力
サポート!!



10年若返る運動習慣!! 若返り応援キャンペーン!!

運動初心者の方でも安心!

トレーニングジム スタッフが全力サポート!

① カウンセリング / 体組成測定

あなたの身体の悩みや、運動目標を確認。体重、体脂肪の他、筋肉量、筋バランス等身体の体組成測定をおこないます。



② 運動プログラムご提案

個々の目的に合わせて最適な運動プログラムをご提案。栄養アドバイス等もいたします。



③ 運動サポート

正しいフォームで無理なくトレーニングをサポートします。

1人では続かないという方へ

インストラクターがあなたに寄り添います

STUDIO (スタジオ)

オリジナル健康体操



運動に不慣れ、体力低下、腰痛・膝痛で悩んでいる方へ! 日常生活ではあまり使わない筋肉を動かして怪我の予防や体力増進に繋げる体操を楽しく行います。

初めの方歓迎!

POOL (プール)



★はじめてでも意外と動ける! はじめてでも楽しめる!

水中ウォーキング教室

足腰が弱くて歩くのに自信がないけれど元気に歩けるようになりたい人のために

リラクゼーション

健康は運動だけじゃない! 心と身体をリラックス!

ストレッチ専用マシン



股関節、肩回りなど自分ではできない部位を専用マシンでほぐします。

ボディケア



マッサージ機



運動後、お風呂の後に、リラックス。

自分に合った
レッスンが
たくさんあります。

フィットネス会員は月会費のみで、全ての施設が利用できます。さらに、ジムでの筋トレ、スタジオレッスン、プールレッスンなど全てのレッスン料金が月会費に含まれて、いつでも何回でも自由に参加できます。但し、プールでの特別教室や、パーソナルレッスンなどは別料金となります。



ワンコイン
で体験できます

有効期限
2023年9月30日

お1人様1回限り

マシンジム、プール、スタジオレッスン、風呂、サウナ等全てが500円(税込)でご利用いただけます。ご利用の際は予約が必要です。詳しくはお気軽にお問い合わせ下さい。

入会特典 若返り応援キャンペーン!
9月30日まで! 入会後6ヶ月以上在籍の方に限ります。

入会金 ~~22,000円~~ 事務手数料 ~~5,500円~~ → **0円**

サプリメントサーバー(飲み放題) **2ヶ月無料** (通常月額 3,300円×2ヶ月)

サプリメントサーバーとは? 運動後の筋肉づくりの材料となるプロテイン他、美肌効果のコラーゲン、脂肪燃焼効果のジンジャー等、身体づくりに必要な栄養素を自動で簡単に摂取。

- 入会申込み時にご用意いただくもの
- 年会費2,200円
 - 初月月会費
 - 写真(3×4cm) ※スナップ写真可
 - 引き落とし口座 (七十七又はゆうちょ)
 - 口座届出印
 - ご本人と確認できるもの

こんな方におすすめ!!	会員種別	月会費	利用時間
便利でお得 プライベートロッカー付・タオル(大・小)レンタル付	ゴールド	14,850円	全営業日・営業時間内いつでも利用可能 月・火・水 10:00~22:00 土・日・祝 10:00~20:00
いつでも自由に	レギュラー	11,330円	
ご家族の2人目からレギュラー会員と同居家族で、同口座引落し	ファミリー	8,800円	
16~25才はお得	アンダー25	6,930円	
ご家族がお留守の間に	デイ	9,460円	
お勤めの帰りや休日に	ナイトホリデイ	9,460円	月・火・水 17:00~22:00 土・日・祝 10:00~20:00
休日のみご利用の方に	ホリデイ	7,590円	土・日・祝 10:00~20:00
新設 元気に歩くために	水中ウォーキング会員	月4回 6,600円 月8回 8,800円	火・土 13:00~13:45
リハビリの方にも	流水健康教室会員	月4回 8,800円	月4回 入館後、2時間までプール(各曜日定員6名)お風呂がご利用できます
お風呂だけ入りたい方に	お風呂会員	6,600円	全営業日・営業時間内1日1回

プール・スタジオ・ジム・スパ
fitness&relaxation
りらいぶ

お問い合わせはこちらまで
☎ 022 (355) 7710
FAX.022 (277) 5310
www.relive.jp

ホームページはこちらから

営業時間 (月・火・水・金) 10:00~22:00 (土・日・祝) 10:00~20:00 (木) キッズスイミング はっぴーふいっとのみ実施

受付時間 (月・火・水・金) 10:30~20:00 (土・日・祝) 10:30~18:00

休館日 毎週木曜日定休 (キッズスイミング はっぴーふいっとのみ実施) 夏季4日間・年末年始6日間・メンテナンス日



★法人会員についてはお問い合わせください。