

ウェルネスセンター利用について

運動プログラム・検査等 料金表

プログラム	内 容	時 間	料 金	回数券 (6回)
集団コース	1クラス最大4名までの集団で実施する生活習慣病予防・改善を目的とした、有酸素運動+筋力トレーニング+ストレッチのコース	60分	2,000円	10,000円
個別コース	専属トレーナーと1対1で実施する、個々の要望に応じた運動指導	20分毎	2,000円	10,000円
グループコース	専属トレーナー1名に対し2名以上での個別指導	60分	1名 2,500円	
各種運動教室	楽しく身体を動かすコース ※詳細は別紙をご覧ください	60分	2,000円	集団コース 回数券で併用
心臓リハビリコース	1クラス最大4名までの集団で実施する心疾患の再発予防を目的としたコース	60分	2,000円	10,000円
心肺運動負荷試験	申込時・以降6カ月毎の実施推奨（名古屋共立病院にて） ※実施には適応条件があります。詳細はスタッフまで。	約60分	21,200円	※保険適応
メディカルチェック (簡易コース)	身長・体重・血圧・体組成測定・動脈硬化検査 及び体力チェック ※心肺運動負荷試験実施の方限定	約60分	3,000円	
メディカルチェック (標準コース)	身長・体重・血圧・体組成測定・動脈硬化検査 及び簡易運動負荷試験(結果説明・カウンセリング込み)	約60分	4,000円	
高精度体組成測定	筋肉量・体脂肪量の測定 ※ペースメーカー使用の方は不可	約30分	2,000円	
動脈硬化検査	血管の硬さ・足の血管の詰まりを測定	約30分	2,000円	
有酸素運動	ウェルネス利用者限定、セルフでの有酸素運動	30分まで	500円	3,000円
炭酸泉足浴	ウェルネス利用者限定、炭酸泉足浴(タオル付)	15分	500円	3,000円
水素水飲料	ウェルネス利用者限定(1カ月飲み放題)	1カ月	500円	
入会金	申込時に必要。施設使用料を含む		5,000円	

*いずれのコースも、医師より運動を止められていない方が対象になります。

※運動は**完全予約制**となります。

- 費用は全て税込表記となっております。
- キャンセル・変更等はお電話下さい。
- 予約変更等の受付は平日 9:00~12:00、13:00~17:00 に承っております。

TEL052-353-9124