



Jヴィレッジフィットネスジムのトレーニングマシンがそのまま使える！！
 初心者からアスリートまで、目的にあったトレーニングが可能！！

J-VILLAGE フィットネスジム



会員募集中

初めての方でも、安全に、より効果的にトレーニングやエクササイズができるようスタッフがサポートいたします。気軽に自分のペースでスポーツを楽しみたい方にフィットする、本格フィットネスジムです。



最先端加速度トレーニング パワープレート

- 脂肪燃焼！
- 肩こりやむくみ解消！
- 引きしめ効果！
- 骨密度増加！
- ロコモティブ

15分の使用で
 1時間の運動と
 同じ効果！！

シンドローム対策！

パワープレートとは、たった15分の振動運動で、理想のボディ、アンチエイジングが可能、これまでと全く違ったアプローチのトレーニングマシンです。プレート上でさまざまな姿勢をとることにより、随所の筋肉が効率良く刺激され、短期間で効果が表れます。おなかをスッキリさせたい方におすすめ！

おすすめ
 マシン1



InBodyは大学や研究施設でも使用されている高精度の体組成計です。定期的に測定していただくことで、自分自身で体の状態を正確に把握することができます。体内の水分量や肥満度、姿勢バランス、右腕にどれくらい筋肉がついているのかなど、その人の体のことがすべて数値となって出てきます。

おすすめ
 マシン2

高精度の体組成計 InBody (インボディ)

- 体成分分析
- 骨格筋・脂肪
- 肥満診断
- 筋肉バランス
- 内臓脂肪

会員の方は
 1回300円で
 測定できます！

いわき市でご入会の方は
 すべてのマシンが使える！
 トレーナーがサポート！
入会金 無料！
事務手数料 無料！
 いわき市仮設フィットネスジム
 ご利用の料金となります。

ご利用料金	
1回利用	400円
回数券6回	2,000円
個別指導	2,500円 (70分完全予約制)

1回利用ごとに料金が発生します。
 月会費はありません。

営業時間・定休日
 火～金：12:00～20:00
 土・祝日：9:00～12:00
 14:00～18:00
 日曜日・月曜日は定休日です。
 ※月曜日が祝日の場合は営業します。

■お問合せは…
J-VILLAGE フィットネスジム
 tel. 0246-46-0201 fax. 0246-46-0203
 〒970-0225 いわき市平上山口字小喜目作 34-1
 facebook Jヴィレッジ
 オフィシャルページ
<https://www.facebook.com/jvillage.fitness>
 Jヴィレッジ 検索

