

血圧 | 糖尿病 | コレステロール | 体力 | ひざ | 腰 | お腹周り が気になる方!!



今から始める!

# 10年後も元気な体 健康寿命を延ばす フィットネス



### スタート会員

1~3ヶ月目 月会費  
**5,000円/月**

※6ヶ月の在籍が必要です。

### トレーニングの個別指導

6ヶ月間  
週1回 **無料** ※通常3ヶ月間

スタジオ  
レッスン 3ヶ月間 **1枠 無料**

キャンペーン期間

## 3/1日 ~ 4/29日 水

期間中入会手数料  
~~5,000円~~

# 0円

限定30名

こんなお悩みごとはありませんか?

## ケイ・フィットが解決します!

CASE 1

運動を始めても  
一人だと続かず、  
すぐやめてしまう



専門スタッフによる個別指導アリ!  
自分に合ったトレーニングで  
長続きします!

CASE 2

健康診断で医師に  
「運動」を勧められたが、  
始め方がわからない



いつでもスタッフに相談  
できるから、自分の悩みに合った  
トレーニングがわかります!

CASE 3

お腹が気になる...  
昔の体型に  
戻りたい!



プールでの全身運動で  
引き締まった体型に!

CASE 4

冷え性や  
むくみがきになる



お風呂とサウナで  
体を温めて全身リフレッシュ

1分で  
予約可能

### 無料体験 実施中!

シューズ貸出無料



GYM ジムエリア



STUDIO スタジオ



POOL プール



CARE ケア

### すべて無料で体験可能!

▼▼お問い合わせはコチラ▼▼

## TEL.0537-24-7380

### ケイ・フィットユーザーの声

#### ジム未経験でも安心!

はじめてでも1から  
教えてもらったので、  
悩むことなくはじめられました!



会員歴: 8カ月  
40代 女性



会員歴: 3年  
50代 男性

#### あの頃の体型に 近づけた

入会から半年で  
体重/89kg→83kg(-6kg)  
ウエスト/98cm→87cm(-11cm)  
家族から  
褒められるようになった!

#### 自分のペースで 続けられる!

運動が嫌いだった私が1年以上も  
運動を続けられていることに、  
自分が一番びっくりしています。



会員歴: 1年  
60代 女性

# 掛川ではココだけ! 充実の総合スポーツクラブ!!

## CARE ケア

運動後は  
お風呂で  
ゆったり♪

**サウナ** 明るく開放感のある空間で汗を流してスッキリ! 男女別です。

**お風呂** リンスインシャンプーやボディソープもご用意しております。

**ジャグジー** 泳いだ後に入れるようプール横にあります。水着でご利用ください。



**マッサージチェア**  
ご帰宅前におすすめ。会員様はマッサージチェアだけのご利用もOKです。

お風呂のみの利用も可能です!

**お風呂会員**  
7,700円

全ての営業日・営業時間で、お風呂エリア、サウナ、ロッカー、マッサージをご利用いただけます!

毎日お風呂利用すると1日266円! ※一般的な銭湯700円~/回

## GYM ジムエリア

1台で複数部位のトレーニングが可能



レッグ  
エクステンション  
レッグカール



ランニングマシン



クロス 트레이ナー

マルチプレス



胸の中部・  
胸の上部・  
肩

アダクター

内もも・  
おしり



太もも・  
ハムストリングス

大好評!!  
効果抜群!

## POOL プール

泳ぐ、歩く、  
プログラムに参加!

膝痛 腰痛 肩こり などに効果的!!



いつでも  
温水  
プール

水中  
ウォーキング  
専用コースあり

水の抵抗でより効果的に、  
楽に歩くことができます。

泳ぎの  
得意な人も  
苦手な人も

レーンが豊富なため、  
気兼ねなく自分の  
ペースで泳げます。



プールプログラム

- アクアウォーキング
- 初級アクア
- 4泳法 など

よくある  
質問

Q. 泳げなくても大丈夫ですか?

A. 歩く専用コースもございます。また、音楽に合わせて動く  
アクアダンスやウォーキングのレッスンも開催しております。

## STUDIO スタジオ

楽しいレッスンが  
週50本以上!



夜限定  
ミラーボール  
限定レッスンで  
登場!



理想の身体へ!  
Be:BOX

暗闇空間でボクシングのパンチで  
シェイプアップ!



セルフコンディショニング

筋肉を整えて、身体の調子も整える  
運動プログラム!

Web予約  
システム導入!

初心者  
おすすめ

ZUMBA  
世界で大人気のダンスプログラム!  
楽しく踊って、脂肪燃焼・ストレス発散!!

Let's JUMP  
トランポリンを使い、音楽に合わせて、  
脂肪燃焼や全身の引き締めにも効果的!

リラクソヨガ  
呼吸を意識しながらゆっくりとポーズを  
とり体を調整していきます。

ピラティス  
背骨の柔軟性を高め、体の芯となる  
部分を強化していきます。

よくある質問

Q. 参加するのに別料金かかるの?

A. スタジオレッスンは別途  
オプション契約が必要になります。

Q. 初心者でも参加できるの?

A. 初めての方でも参加しやすい  
初心者向けレッスンがあります!  
お好みのレッスンを見つけてみてください!

### 会員種別

会員種別	月会費(税込)	ご利用可能時間
フルタイム会員	8,800円	平日9:30~23:00 / 土9:00~20:30 / 日祝9:00~19:00
デイ会員	8,250円	平日9:30~17:00 / 土9:00~15:00 / 日祝9:00~15:00
ナイト会員	8,250円	平日17:00~23:00 / 土17:00~20:30 / 日祝13:00~19:00
お風呂会員	7,700円	平日9:30~23:00 / 土9:00~20:30 / 日祝9:00~19:00

### フィットネスクラブ ケイ・フィット

静岡県掛川市大池958-2  
掛川スイミングスクール隣

見学・体験申込みは  
こちらから!

TEL.0537-24-7380

営業時間

■ 平日 / 9:30~23:00 ■ 土曜 / 9:00~20:30  
■ 日曜祝日 / 9:00~19:00  
【休館日】 3月30日(月)31日(火)4月30日(木)

### ご入会時に必要なもの

月々契約の方...¥10,000(2ヶ月分会費)

【決済方法】  
現金 or クレジットカード or QRコード決済  
からお選びいただけます。

月々契約の方は3ヶ月目から銀行引き落とし  
での対応となるため、下記をお持ち下さい。

- 銀行届出印鑑 ● 口座番号の控え
- 身分証明書(免許証・マイナンバーカード等)



AED  
自動体外式除動器

設置しています

Wi-Fi  
全館でご利用  
いただけます