

フィットネススタジオ ジョイの 健康・体カづくり講座

2022年度受講生募集中！！

新型コロナウイルス対策のため当面の間募集定員を半減します
1年間を通して安全、安心、楽しいを合言葉に健康・体カづくりプログラムを提案！

Staff 豊富な知識と経験、定評ある指導力で健康づくりを全力でサポートします。



フィットネススタジオ ジョイ主宰
原崎 千鶴子
【プロフィール】
アメリカスポーツ医学会認定エクササイズフィジオロジスト、健康運動指導士、健康運動実践指導者
JAJA 認定 ADI・REI・WEI・SEI・GFI エグザミナー（テスト試験官）
健康福祉運動指導者、がんサバイバーシップグループエクササイズインストラクター、FTP 認定ピラティスインストラクターなど



フィットネススタジオ ジョイ所属
佐々木 則子
健康運動指導士、JAJA 認定 ADI・REI・SEI・AQI、BESJ ピラティス、FRP ピラティスマスタートレーナー、PFA ヨガアドバンスコーチ
ADIDAS ファンクショナルトレーニングトレーナー、ZUNBA インストラクター



フィットネススタジオ ジョイ所属
杉野 朱美
JAJA 認定 ADI、ZUMBA インストラクター
日本スポーツ協会スポーツリーダー
函館短期大学エアロビックダンス部出身



フィットネススタジオ ジョイ所属
小林 貴美子
JAJA 認定 ADI・REI・SEI、FTP 認定ピラティスインストラクター、JAF キッズ & ジュニアエアロビック指導員



フィットネススタジオ ジョイ所属
岩坪 愛衣香
JAJA 認定 ADI、健康運動実践指導者
函館短期大学エアロビックダンス部出身

2022年4月～2023年3月受講生募集中！

春	4月生募集	4月1日	～	6月30日
夏	7月生募集	7月1日	～	9月30日
秋	10月生募集	10月1日	～	12月31日
冬	1月生募集	1月4日	～	3月31日

※受付は随時致しております。途中からの参加もOK！

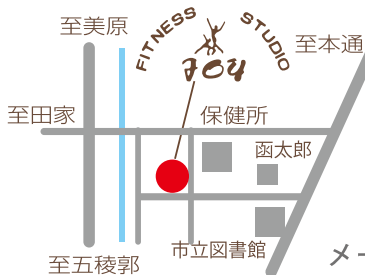
料金システム (消費税込み)

入会金無し

3ヶ月コース / 10～12回
11,000円～13,200円

※日程は申込み時にお知らせ致します。
※講座申込み人数が5名に満たない場合、開講しない場合がございます。

お一人2講座受講の場合は受講料を **10%OFF!** 3講座以上の受講は **20%OFF!**
講座を休んだ時は、他の講座へ振り替え受講ができます。



函館保健所・
夜間急病センターとなり

函館市五稜郭町 22-16
電話 0138-53-0513
FAX 0138-53-0549
メール fit-joy@ms3.ncv.ne.jp

お申込み・お問い合わせ

0138-53-0513

随時お申込み受け付け中！

一貸しスタジオのご案内



お問い合わせ

フィットネススタジオ ジョイ

施設：音響一式・床はフローリング、
前面、片側側面に鏡あり。
シャワー、ロッカールーム、
冷暖房・休憩室完備。
駐車場10台。

料金：**2,500円**

(1時間、税込み)

※11月～3月までは別途暖房費
500円(2時間)がかかります。

大好評！原崎千鶴子の パーソナルレッスン

肩こり、ひざ痛、腰痛などで悩んでいる方、筋量低下で不安を抱えている方、具体的な運動の方法がわからない方、集団運動に参加が難しい方など、豊富な経験と実績をもつ原崎千鶴子が考案した姿勢改善エクササイズを中心に様々な運動プログラムでお悩みを解消します。

無料体験実施中

※1回 / 4,000円 (60分間)

日程は随時相談にて決定致します。

曜日・時間はご相談の上決定します。

4つの新型コロナウイルス 感染症対策

- ① 密集を避けて定員を半減します。
- ② マスク着用を厳守し、手指のアルコール消毒はもちろん、使用したマットや椅子、道具はすべて消毒します。
- ③ 換気対策強化。PM0.1レベルの微粒子を捕らえてスタジオ全体の空気を徹底的にきれいになります。
- ④ 気化式加湿器を設置してインフルエンザなどウイルスが活発化するのを防ぎます。