フィットネス＆カルチャークラブ

FEEL
HEALTHY AND HAPPY!
健康づくりを、ご一緒に。

思わず没頭してしまう約300教室。
アフターファイブや週末クラスも充実。

毎日いそがしく流れていく時間にちょっとアクセントを・・・
あなたの新しい世界が広がります。新しいことに挑戦したい方、余暇を有意義に過ごしたい方、趣味を楽しみたい方、運動を習慣づけたい方、幅広いジャンルの講座の中からきっとあなたに合った教室が見つかるはずです。

3

6

8

6

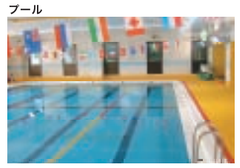
1

2

3

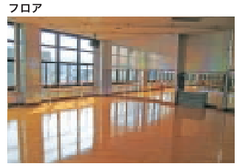
2F フィットネスクラブ

プール

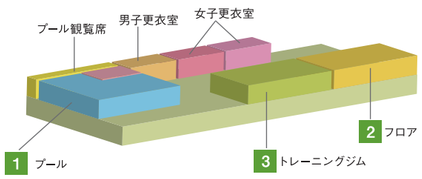


トレーニングジム

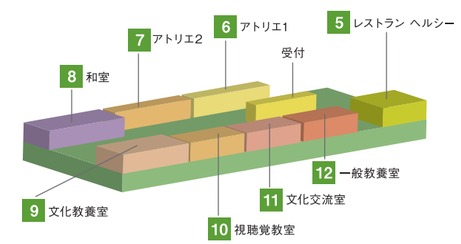
フロア



- ウォーキング・ランニングマシーン
- エアロバイク
- エリプティカルマシーン
- ステアマシーン
- 腹筋台
- サウナ
- シャワー



1F カルチャークラブ



1Fレストラン「ヘルシー」

■営業時間　9:00~18:30
■オーダーストップ　食事17:30／喫茶18:00

モーニングやランチタイム、講座のあとのティータイムに。

食事は健康のための大切なもの。

栄養のバランスもよく、旬の素材をおいしくヘルシーに―― レストランヘルシーも、心と体の健康づくりのお役に立てるよう、いつも皆さまに喜んでいただけるメニューをご用意しています。