



フィットネスで、あなたを幸せにする。

コスパで選ぶなら  
**ライフウェル!**

楽天リサーチのモニターが選んだ No.1

コスパ・トレーニング指導・プログラム数  
フィットネス部門**3冠達成!**

実査委託先: 楽天リサーチ



フィットネス&SPA

**ライフウェル 相模大野 ☎042-767-3733**

〒252-0303 神奈川県相模原市南区相模大野3-22-1 コンコルド相模大野2F 営業時間/平日 9:00~23:30 土 9:00~21:00 日・祝 10:00~20:00 休館日/毎月15日・夏期休業・年末年始等

ライフウェル相模大野 🔍

<http://www.life-well.jp/>

FITNESS & SPA  
**LIFEWELL**

**新** 会員種別大募集!!  
**スタートアップ会員**

おためし  
3ヶ月間  
使い放題 **1,980** 円/月 (税込)

※4ヶ月目以降はご希望の会員種別をお選びいただけます。  
※退会後1年以内の方はスタートアップ会員をお選びいただけません。  
※加圧会員は対象外となります。

**始めやすい!** 入会金、事務手数料はいただいておりません!  
月会費のみで始められます!

**ホットヨガ 1回無料体験** お申し込み期限▶ 2月28日[水]まで

**1日7名様限定** ご予約はお電話かWEBにて!

※ホットヨガプログラムからお1つ無料で体験いただけます。  
ホットヨガ以外のご体験をご希望の方はお電話にてご相談ください。



**無料駐車場完備!**

**いつでも見学OK!**



# 3スタジオ完備。週160本のプログラムで充実!

初めてでも安心して参加できるプログラムを多数ご用意! 月会費内でホットヨガ等々、全て受け放題! 50名以上収容可能! ゆとりのスタジオスペース!

室温 **37°C** 湿度 **55%**

## STUDIO

おすすめスタジオプログラム! >>> 姿勢改善系 <<<

ホットヨガ ▶ **HOT YOGA**

期待できる効果▶

- 肥満
- 肌荒れ
- 腰痛
- むくみ
- 姿勢不良
- 肩こり

▲ バランスボール 調整力向上

◀ ヨガ 常温

※期待できる効果は個人差があり、保証するものではありません。

>>> 理想を追求するアナタへは  
こちらのプログラムをご用意! <<<

>>> 脂肪燃焼系 <<<

ユーバウンド (トランポリン)

UBOUND

パワーカーディオ (バーベルエクササイズ)

>>> ダイエット系 <<<

FIGHT DO

ファイトド (格闘技)

MEGADANZ

メガダンス (ワールドMIX)

	月曜			火曜			水曜			木曜			金曜			土曜			日曜		
	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO	1st STUDIO	2nd STUDIO	3rd STUDIO
9:00																					
10:00	ムーブメント フローヨガ45 9:45~10:30	ボールストレッチ 9:45~10:15		Flexウェッジ ストレッチ 9:30~10:00	ピラティス45 9:45~10:30	バランスボール 10:15~10:45	ボールストレッチ 9:45~10:15														
11:00	ホットヨガ75 10:50~12:05	ボディバランス 9.5EX 10:40~11:25 11:45~12:15 12:30~12:45	氣功 10:30~11:30	ハタヨガ60 10:45~11:45	アサダ 9.5EX 10:55~11:55	ダンス60 10:30~11:30 12:30~13:30	ソフトヨガ60 10:30~11:30														
12:00	ソフトヨガ75 12:25~13:40	バレエ基礎 9.5EX 12:25~13:25	美容体操 11:40~12:40	シェイプアップ 75 12:00~13:15	機能改善ヨガ45 12:05~12:50	ダンスエアロ50 11:45~12:35															
13:00	ソフトヨガ75 12:25~13:40	バレエ初級 12:25~13:25	死ヒチチダンス 入門・初級 12:50~13:50	ソフヨガ75 13:30~14:45	ファイド45 13:00~13:45	オリジナル エアロ60 12:45~13:45															
14:00	ホットヨガ60 13:35~14:55	リンパヨガ60 14:00~15:20	メガダンス60 14:00~15:00	ソフヨガ75 13:30~14:45	HOUSE 入門・初級 13:35~14:55	バーカン メソッドヨガ 90 13:50~15:20															
15:00	インシュタ ヨガ60 15:10~16:10			ボールストレッチ 15:05~15:35	バレエ 初級 15:00~16:00	キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 15:40~16:40														
16:00				ボールストレッチ 15:05~15:35	ボウフット基礎 16:15~16:40	キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 15:40~16:40														
17:00						キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 15:40~16:40														
18:00						キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 15:40~16:40														
19:00	ピラティス ヨガ75 18:30~19:45	オキシジェン/60 19:20~20:20	ユーバウンド45 19:20~20:25 19:40~20:45	ソフトヨガ60 18:45~19:45	ファイド45 19:30~20:15	キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 18:35~19:35														
20:00	リラックス ヨガ60 20:05~21:05	オリジナルエアロ60 20:40~21:40	ZUMBA® 20:25~21:25	ホットヨガ75 20:05~21:20	メガダンス60 20:25~21:25	キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 20:15~21:15														
21:00	ボールストレッチ 21:35~22:05	メガダンス60 21:35~22:35	ホットヨガ60 21:40~22:40	ホットヨガ75 20:05~21:20	メガダンス60 20:25~21:25	キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 21:35~22:35														
22:00				ホットヨガ60 21:40~22:40	オキシジェン/45 21:30~22:15	キッズスクール バレエ 16:20~17:20	ソフトヨガ60 21:35~22:35														

HOT YOGA STUDIO & STUDIO PROGRAMは月会費内で好きな時間に何本でも受講できます。※(有料)と記載のあるものは除く。※変更になる場合があります。※詳細はお電話か、HPにてご確認ください!

会員種別	月会費	ご利用時間
レギュラー会員 REGULAR	7,000円 7,560円(税込)	平日/9:00~23:30 土/9:00~21:00 日・祝/10:00~20:00 全営業時間ご利用いただけます。
デイトタイム会員 DAYTIME	6,000円 6,480円(税込)	平日・土/9:00~18:00 日・祝はご利用いただけません。
加圧会員(月4回) KAATSU	16,000円 17,280円(税込)	平日/9:00~23:30 土/9:00~21:00 日・祝/10:00~20:00 全営業時間内から月に4回利用可能。 加圧後はスタジオ外利用可能。

■ 入会手続きにご用意いただくもの

■ クレジットカード作成の必要はございません。

会員種別	一般	キッズ
スタートアップ会員 月会費3ヶ月分のみ ※加圧会員は除く。	銀行又は郵便局の キャッシュカード*	銀行又は郵便局の キャッシュカード*
オプション	プラス(+1,000円(税込)) バスタオル、フェイスタオル、シューズ	プラス(+2,000円(税込)) バスタオル、フェイスタオル、 着替え用の3点セット
	手ぶらプラス(+3,000円(税込)) バスタオル、フェイスタオル、 Tシャツ、ハーフパンツ、 シューズの5点セット付	手ぶら若狭プラス(+4,000円(税込)) バスタオル、フェイスタオル、 Tシャツ、ハーフパンツ、シューズ、 若狭浴衣の6点セット付
	水素水プラス(+1,500円(税込)) 高濃度水素水が飲み放題	加圧プラス(+12,000円(税込)) 加圧ボディシェイプが月4回 利用可能です。

※16才以上の方が対象となります。※公的証明書/免許証/パスポート/外国人は特別永住者証明書\*一部ご利用いただけません。金融機関がございません。

KIDSスクール  
スタートアップ会員

お試し価格  
2ヶ月間  
月会費 **980円/月**  
で始められます!

HIP HOP バレエ 空手 チアダンス

無料体験実施中

※お手続きは20~30分頂いております。余裕を持ってお越し下さい。