

今まで運動が続かなかったのはなぜだろう？



トレーニング体験 受付中！【体験料金：1000円】
施設見学随時・インストラクター派遣も受付中

ラヴィータなら運動を続けられます。

スポーツジムラヴィータ神宮はお一人お一人の体に合った個別サポートにより毎回のトレーニングで効果を感じていただけます。

“筋肉はどのくらいあるのか”
“あなたにどんなトレーニングが必要なのか”
“あなたの姿勢がどうなっているのか”

あなた自身の体を理解していただき、目標や課題を解決できるようサポートさせていただきます。

理想の体づくりを通じて、あなたがより楽しく・より健康的な生活ができること。

それが私たちラヴィータの仕事です。

ラヴィータ 宮崎

検索

詳しいサービス内容・スクールスケジュール・毎月開催しているイベント内容をホームページでご覧いただけます。
おすすめのエクササイズも紹介していますのでぜひご覧ください

FINE SPORTS
Lavita

お問い合わせ／ご予約

☎0985 - 73 - 9158

www.fine-sports.com

880-0053 宮崎市神宮2丁目 3-1

定休日 日曜日

宮崎県
総合博物館

宮崎神宮

宮崎県立
図書館

宮崎県立美術館
宮崎県文化公園

メディキット県民センター

ラヴィータ

スポーツジムラヴィータ神宮は、スクールスタイルのフィットネスで運動の継続をお手伝いします。



ランニングスクール
【6,000円/月4回】～



ランニング初心者の方や脂肪燃焼をアクティブに行いたい方にお勧めです。
心拍数を脂肪燃焼に合わせてゆっくと走ります。



ボディメイク
【7,500円/月4回】～



脂肪燃焼・メタボ改善適度に筋肉のあるスタイルやきれいな姿勢づくりを目指す方にお勧めです。
筋カトレーニングを中心に目的に合ったエクササイズを行います。介護予防にもお役立てください。



YOGAスクール
【7,500円/月4回】～



心身のストレス解消や集中力向上など体と心のバランスづくりにお勧めです。
呼吸や瞑想を中心とした初心者の方向きです。

■体験トレーニングの流れ

①運動を安全に行うための健康状態確認を行います。



②体組成分析を行います。

筋肉量・筋肉のバランス・脂肪量などを測定します。



③前後左右の姿勢・バランスチェック。



④現在の体の状況を説明して目標達成のためのトレーニングプランを作成後、最初のトレーニングを実施します。



⑤疲れと怪我の予防のためにクールダウンを行います。
※写真はダイエット&スタイルアップスクールです。

体験トレーニングはご予約が必要です
お申込みは0985-73-9158まで

ご利用料金

■入会金 : ¥5,000/入会時のみ

(事務手数料・スポーツ安全保険料・
体組成分析・身体機能チェック料含む)

■更新料 : ¥2,850/年度更新時

(事務手数料・スポーツ安全保険更新料)

■月会費

●ランニングスクール会員

【¥6,000/月4回】【¥11,000/月8回】

●ボディメイク会員

【¥7,500/月4回】【¥14,000/月8回】

●YOGAスクール会員

【¥7,500/月4回】【¥14,000/月8回】

●チケット会員

【¥10,000/5回】

※学生の方 10%OFF

※スクールは組み合わせも可能です。

●パーソナル会員

【¥32,000～/月4回～】

ご案内

●スポーツジムラヴィータ神宮は会員制です。
ご利用には入会のお手続きが必要になります。

●ご入会までの流れ

- ①見学または体験の予約
- ②スポーツジムを見学/体験
- ③入会申込書・口座振替申込書のご記入
- ④入会金と2ヶ月分の月会費を現金でお支払
- ⑤体組成分析・身体機能チェック後、
各スクールでレッスン受講開始

●月会費及び各種お支払いは毎月27日に銀行の御指定口座より引き落としさせていただきます。

●お申し込み時には銀行の口座番号のわかるもの・銀行取引印・入会金と2ヶ月分の月会費(現金)・ご本人確認書類をご持参ください。

