

酒田の中心 中町(清水屋さん向かい)に
本格的フィットネスクラブ
10/15(木)オープン!!

10/1(木)より施設見学もできます!! 10:00~19:00



HOT YOGA & MEDICAL FITNESS

ホットヨガ&メディカルフィットネスGILL(ジル)

庄内
初登場
ホットヨガ



女性に大人気の
ホットヨガスタジオ庄内初登場

未経験者でも始めやすく、体とココロのケアができると人気上昇のヨガ。ジルは庄内唯一のホットヨガスタジオを完備し、気持ちよく汗をかくことができます。レッスン後の爽快感は他では味わえません。



最新の高級マシンをそろえた
フィットネススペース

オリンピックの選手村で採用されアスリートから絶大な信頼をえているイタリア製の高級フィットネスマシンメーカー「テクノジム」のマシンを導入。トレーナーが丁寧に指導致します。



最先端グループセッション・
パーソナルトレーニング

トレーナーがお客を1対1(ペアやグループも可)でサポート。専門知識を持ったトレーナーがあなただけのプログラムを作成・指導。「やる気」の持続もお手伝い致します。(別途料金)

チケット会員 お仕事の都合などで、いつ来るかわからない方にオススメ!

コース	料金(税込)	有効期限
1回利用	¥2,500	当日のみ
5回券	¥10,260 1回当たり¥2,052	2ヶ月
10回券	¥19,440 1回当たり¥1,944	4ヶ月
30回券	¥51,840 1回当たり¥1,728	6ヶ月
50回券	¥75,600 1回当たり¥1,512	1年

プライベートレッスン 自分だけのための特別レッスン! レッスン回数に限りなく、グループレッスンも可能。

メニュー	コース	お一人あたり料金(税込)
プライベート レッスン	1名様	¥6,480 またはチケット3枚
	2名様	¥4,320 またはチケット2枚
	3名様~	お問い合わせください

★ホットヨガスタジオにてご希望のレッスンが受けられます。
★フィットネストレーナーによるパーソナルトレーニングも可能です。

非会員様フィットネスビジター利用

コース	料金(税込)
ビジター	¥2,160

★会員様同伴の場合に限りです。

ホットヨガって
どんな感じ? 早期入会キャンペーン
ラストチャンス!!

**ホットヨガ
体験会開催決定!!**

期間 **10/9(金)~10/11(日)**

体験レッスン
おひとり様、一回限り

10/9(金) 19:00~
10/10(土) 10:30~14:00・19:00~
10/11(日) 10:30~14:00・19:00~
会場の都合、人数制限があります。事前にお電話でご予約ください。

500円
ご予約はこちら **0234-22-3066**

※この体験会は未入会の方が対象となります。

いつまでもお得な 始めるなら今!
早期入会キャンペーン実施中!!

10/15のオープンまでに入会いただいた方だけの特典

期間 **10/15** まで

入会特典

入会金 **入会金無料**
~~¥10,800~~ **¥0**

月会費 **月会費がずっと10%offのまま**

10% OFF

早期入会料金表

入会金

~~¥10,800~~ → **¥0**

登録手数料 **¥2,160**

★入会時のみとなります。

パスポート会員

コース	月会費(税込) 10%OFF	フィットネススペース	ホットヨガ
4パス	¥7,320 → ¥6,800	いつでも利用可能	月4回まで
6パス	¥9,870 → ¥9,140	いつでも利用可能	月6回まで
<small>おすすめ!</small> セミフリーパス	¥15,220 → ¥10,800	いつでも利用可能	いつでも利用可能
フリーパス	¥18,900 → ¥16,140	いつでも利用可能	いつでも利用可能
学生	¥4,320 → ¥3,980	いつでも利用可能	月4回まで

★フィットネススペースのみを利用したい方は4パスコースになります。

入会時に必要なもの

- 身分証明書(運転免許証・健康保険証など) 登録手数料(¥2,160)
- 通帳・金融機関届出印 月会費:10月分月会費(会費の半分)・11月分月会費

入会手続き

☎ **0234-22-3066** 〒998-0044 山形県酒田市中町1丁目10-16

10/1から施設見学もできます!! 10:00~19:00



営業時間 平日10:00~22:00 土曜9:00~19:00 日曜・祝日9:00~17:00

定休日 月曜日 mail gill@tetote-n.jp

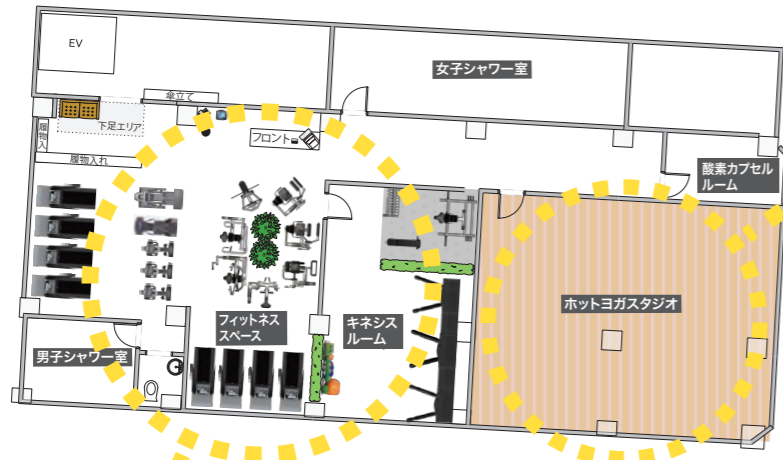
電話・FAX **0234-22-3066**

〒998-0044 山形県酒田市中町1丁目10-16

ととて中町 検索 f ホットヨガ 酒田 検索

ホットヨガ&メディカルフィットネスGILL(ジル)10/15(木)オープン!!

いつまでもお得な早期入会キャンペーン実施中!!



女性に大人気の
ホットヨガスタジオ庄内初登場

ホットヨガ

アナタを変える4つのMethod[方法]



ホットヨガのスタジオは、室温35~38度・湿度50~60%に保たれ筋肉が伸縮しやすく、体の硬い人でも無理なく安全に体の柔軟性を高めることが出来ます。暖かい空間でのヨガは、のどや髪、肌を傷めず、息苦しさを感ずることなく集中して行うことができます。

●ヨガレッスン スケジュール表

	月	火	水	木	金	土	日
9:30~10:30						●	●
10:30~11:30		●	●	●	●		
11:30~12:30						●	●
13:30~14:30						●	●
14:00~15:00	定休日	●	●		●		
15:30~16:30						●	●
17:30~18:30						●	
18:30~19:15		●	●	●	●		
19:30~20:30		●	●	●	●		
20:45~21:45		●	●	●	●		

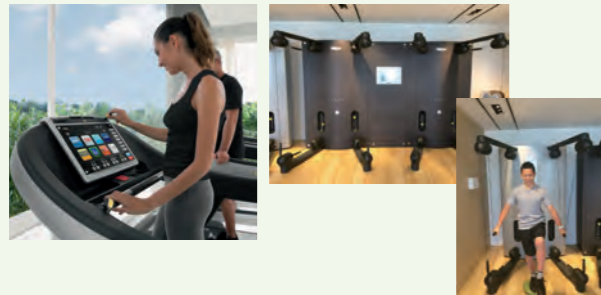
※水・木曜日18:30~19:15 土曜日17:30~18:30 日曜日11:30~12:30のレッスンは男性も参加可能になっております。
※祝祭日は日曜スケジュールとなります。(レッスンプログラムはその都度発表いたします。)

メディカルフィットネス

最新の高級マシンをそろえた
フィットネススペース

キネシス

全身の筋力・バランス・柔軟性・持久力をバランスよくトレーニングすることができる、画期的なマルチトレーニングマシンです。自由な動きを可能にするケーブルと、3つのポジションのハンドグリップを使い分けることにより、200種類以上のエクササイズが可能。GILL(ジル)ではキネシスルームとして、自由に参加できるグループセッションを実施いたします。



ウェルネスシステム

フィットネスマシンのプログラムはウェルネスキーがご案内。運動履歴もしっかりと記録されます。また、毎月、体組成計で体の状態をチェック。その結果も自動で記録されます。さらに専用のアプリを利用すると、施設の外でもそれらの情報がチェックできます。



酸素カプセル

酸素カプセルも設置!!ぜひご体験ください。(会員ではない方もご利用できます)
「疲労回復」「ケガの回復」「アンチエイジング」「ダイエット」などの効果があるとされている酸素カプセル。
首都圏では酸素カプセルサロンがあるほど。いよいよ酒田でも気軽にご利用できるようになります。



営業時間 平日10:00~22:00 土曜9:00~19:00 日曜・祝日9:00~17:00

定休日 月曜日 mail gill@tetote-n.jp

電話・FAX 0234-22-3066

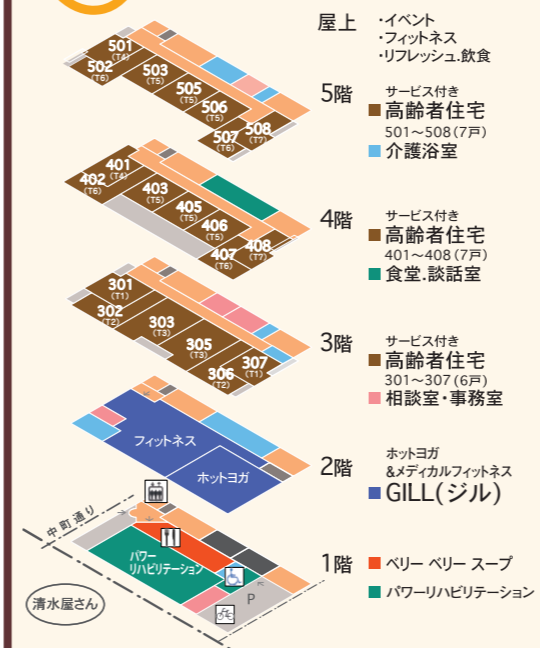
〒998-0044 山形県酒田市中町1丁目10-16

ととて中町 検索 f ホットヨガ 酒田 検索

スタッフ(契約社員・アルバイト)も募集中

てとて中町

今秋OPEN!! 入居者募集中!
健康で充実した生活を送るための多世代共生施設



高齢者単身・夫婦世帯が
安心して自立した生活を送ることができる
「てとて中町」のサービス付き高齢者住宅



「てとて中町」サービス付き高齢者住宅

■入居条件	60歳以上の高齢者や介護保険制度の認定を受けた要支援者、要介護者
■家賃①	75,000円~
■共益費②	30,000円
■基礎サービス費③	21,600円
■敷金	3ヶ月分(225,000円~)
■食費	1日1,600円(朝600円 昼500円 夜500円) 選択サービス
■水道・光熱費	別途自費負担

●1人で入居した場合①②③の合計126,600円~ ●夫婦二人の場合①+(②+③)×2の合計178,200円~

てとて中町

〒998-0044 山形県酒田市中町1丁目10-16
Tel・Fax 0234-22-3055

福祉のひろば 酒田本社

〒998-0001 山形県酒田市穂積上市神139番地-5
Tel 0234-33-2581 Fax 0234-33-2579

