



PURPOSE

ホットヨガ&メディカルフィットネスGILLはメンバー様のウェルネスをターゲットとし、元気で爽快な身体作りを基盤に豊かな輝く人生を実現することをゴールとし、楽しく・美しい健康づくりのサポートをさせていただきます。

ABOUT / SERVICE

ホットヨガスタジオ・フィットネスGYMを有し近隣には存在のないこれまでにないフィットネスジムです。最近では、コンディショニング・ファンクショナルといった専門性の高い分野とスタッフも導入して、まずは痛みや悩みを解消する『整える体作り』を心がけ【会話】【学習】【体験】を実践できることもメリットです。インストラクターや指導員が常にご相談を受け、健康促進・食事方法・肩こりや腰痛など治し方などのアドバイスも行っておりますのでお気軽にご質問ください。

最新IoTと評価に基づき一人ひとりの健康をカスタマイズするジム

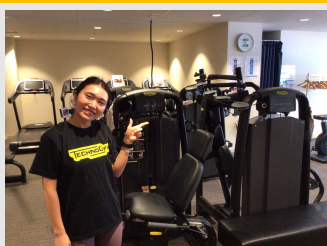
GILLストロングポイント

RYT・スポーツ・機能訓練系資格取得のスタッフが在籍



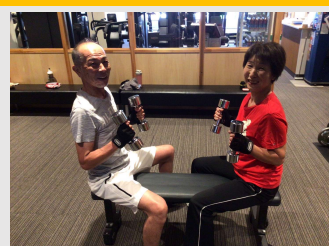
ヨガ国際認証・柔道整復師・作業療法士・看護師・元高校教諭も在籍

生活習慣病や肩こり腰痛などの解消や予防対策



コンディショニングマッサージ&エクササイズにより改善します

高齢者機能訓練や介護予防に確かな実績



老化は病気が合言葉
アンチエイジング・ロコモ・フレイルを防止します

AIで判定・可視化
姿勢動作解析プログラム



筑波大学開発AIプログラム【Sportip Pro】他で自身をチェック、対策します

様々なアクティビティに対応した指導



ゴルフ・スキー・野球他アスリート向けプラン有
出身プロ野球選手もいます

専用アプリ・オンラインサロンで自宅でもOK



GILLオンライン【FANTS】はいつでもどこでも見放題、自宅トレーニング