

冬が来る前に本格的に 身体づくり開始

■ 運動の秋、スポーツの秋って言われるのなぜななぜ? ■

『その理由は、諸説あるみたいなのでいくつか紹介します』

- ① 農作業が落ち着きを見せる秋に運動をする農家が多かったから…
- ② 10月10日は、東京が快晴になる確率が高いとされ、1964年に東京オリンピックの開会式が行われ、のちに体育の日(現在:スポーツの日)に制定されました。そのため、スポーツ・運動のイメージがついたとが…
- ③ 夏は、気温が高く熱中症のリスクがあり、冬は冷え込むため、その間にある秋は、運動しやすい気候であり、運動会や体育大会などスポーツ・運動関連のイベントがよく開催されるから…
- ④ 体温管理機能の観点から、秋から冬にかけて基礎代謝が高まるから何かしら意味がありそうな秋!今こそ、運動をスタートしましょう!



無料
見学・相談
随時受付可

今月のお得な入会キャンペーン

月会員スタートなら

① 初回月会費 **無料**

② 事務手数料 **割引**

0円

会員開始日別-割引額

会員開始日	初月	翌月
1~14日	無料	通常
15日~月末	無料	半額

※入会特典条件: 会員在籍期間6ヵ月を満たすこと / 月会費(一般) 7,150円 (割引) 6,050円 (U25) 5,500円

年会員スタートなら

① たまがき券 **2,000円分プレゼント**

② 事務手数料 **割引**



年会員は、月会費1ヶ月分お得になります。(11ヶ月月分の料金で12ヶ月ご利用頂けます)

事務手数料割引内容

通常 **4,400円** → **2,200円**

最大で2,200円割引

- ① アンケート記入 -1,100円
- ② Line登録 -1,100円

