

病院併設のフィットネスだから、健康と運動をトータルサポート!

メディカルフィットネス コ・コアの

10th anniversary
10周年記念
キャンペーン

33ヘルス
ダイエット
終了後は

入会金 0円

人気企画

3ヶ月で-3kgを目指そう!

33名限定!

33ヘルスダイエット!!

16,850円(税込)もおトク!!

総額46,850円相当が
今ならなんと!

【申込期間】
9月30日(土)まで

3ヶ月 実施スケジュール

START

現状把握・目標設定

- ①脂肪CT測定 ②インボディ測定
- ③栄養指導 ④カウンセリング

1ヶ月

⋮

1ヶ月半

中間カウンセリング

- ①インボディ測定 ②栄養指導
- ③カウンセリング

2ヶ月

最終カウンセリング

- ①脂肪CT測定 ②インボディ測定
- ③カウンセリング

3ヶ月

【実施期間】 早めのお申込みがおトク!
お申込み~12月28日(木)まで

セット内容

脂肪CT	3,300円×2回= 6,600円
+	
インボディ測定 + カウンセリング	550円×3回= 1,650円
+	
栄養指導	2,800円×2回= 5,600円
+	
入会金	3,300円
+	
施設利用料(月会費)	9,900円×3ヶ月= 29,700円

合計 **46,850円(税込)**相当が **16,850円(税込)**もおトク!!
今だけ! **30,000円(税込)**

※一部測定などは併設する医療機関で行います。※事前のご予約が必要です。

30,000円!! (税込)

チャレンジ
された方の声



栄養士の先生の指導のおかげで、食事内容や食事量などの食生活の見直しができ、気を付けることができてよかったです。(70代 男性)

スタッフの皆さんが運動指導をしてくれて励みになりました。一人ではくじけそうになるので、声をかけてくれるのがよかったです。自分の目標に合わせて運動メニューを作成してくれるので、安心して取り組みました。(50代 女性)



体組成や脂肪CTなど、メディカルフィットネスならではの情報を元に、自分の体を見つめ直すことができたのでよかったです。(50代 女性)

詳しくは裏面をチェック!!



いつでもお気軽に見学にお越し下さい

Medical Fitness

Co-Core

メディカルフィットネス コ・コア

TEL **089-976-7203** 営業時間 平日 9:00~21:00 土・祝日 9:00~18:00

● 休館日 日曜日/お盆/年末年始/特別施設点検日

ホームページもご覧ください <http://co-core.net/>
コ・コアの詳細や今月のスタジオプログラムなどはこちらをチェック!



松山市来住町1091-1
愛媛生協病院に併設
P 駐車場あり

3.3サン ヘルスダイエット!!

3ヶ月間
充実の内容で
私たちがフォロー
します!!



1 コ・コアへ入会后、 本企画にエントリー



- エントリー時に初回カウンセリングの予約を取る。
- 脂肪CTチケットをもらう。



2 CTスキャンで腹部断面を撮影



- 脂肪CTチケットを、愛媛生協病院1階のレントゲン受付に渡して撮影。
- *初回カウンセリングまでに行ってください。



4 いよいよ運動開始!



- 目標とスケジュールに沿って、運動指導士と、管理栄養士がバックアップ。
- スタジオレッスンや、自転車・ウォーキングマシンなど、好きなメニューで運動を実施。
- 中間カウンセリングを予約。
*1週間ほど前にスタッフから連絡します。



3 初回カウンセリング



- インボディ測定を実施。
- インボディ測定と、脂肪CTの結果を見て、目標を設定し、3ヶ月のスケジュールを作成。



5 中間カウンセリング (1ヶ月半後)



- インボディ測定を実施。
- インボディ測定の結果を評価し、今後の運動指導・栄養指導を実施。



6 後半も頑張りましょう!



- 中間カウンセリングの内容に沿って、運動を実施。
- 最終カウンセリングを予約。
*1週間ほど前にスタッフから連絡します。
- 最終カウンセリングまでに初回同様、CTスキャンで腹部断面を撮影してください。



7 プログラム終了



- インボディ測定を実施。
- 脂肪CTと、インボディ測定を確認し、最終のカウンセリングを行います。
- 目標達成の喜びを一緒に分かち合しましょう。

詳しくは、お電話にてお問い合わせください。

メディカルフィットネス コ・コア 4つのポイント

Point 1 トータルサポートで楽しく運動!

「初めてだけど大丈夫かな?」「フィットネスには興味があるけれど...」「自分に合った運動方法がわからない」そんな方でもご相談ください。会員様の「楽しい」を全力でサポートします。健康な方も健康に不安のある方も、ご自身に合った運動プログラムを作成します。

Point 2 初心者向けプログラムが充実!

スタジオプログラムは、初心者向けをメインに一日平均10本。簡単なストレッチからヨガまで、様々なプログラムをご用意しています。

Point 3 充実のオプション測定!

インボディ(体組成計)測定での体脂肪量・筋力量・筋バランスの測定はもちろん連携する医療機関の特徴を活かし、血液検査によるコレステロール・中性脂肪・血糖値の変化の確認や、脂肪CTによる腹部断面像で運動効果を確認することができます。

Point 4 アットホームな環境!

誰でも気軽に楽しめる「人と人のつながりを大切に」フィットネスクラブです。運動を通じて地域コミュニティの中心となる施設「コミュニティフィットネススペース」をめざしています。

メディカルフィットネス コ・コアの基本理念

- ① 医療機関と連携し、専門的で総合的な疾病予防と治療の効果を高めるメニューを提供します。
- ② 様々なご要望にお応えする多彩なスタジオエクササイズを提供します。
- ③ 医療生協が取り組む、地域の体操教室と連携し、地域の健康づくりに寄与します。



■ ご利用料金 会員になると種別ごとの利用時間内であれば、いつでもご利用できます。

会員種別 (ご利用時間)	入会金	月会費		会費年一括 *2ヶ月分割引	
		組合員	非組合員	組合員	非組合員
フルタイム会員 (9:00~21:00)	無料	6,600円	9,900円	66,000円	99,000円
ナイト会員 (17:00~21:00)		4,950円	6,600円	49,500円	66,000円
メディカル会員 (9:00~21:00)		5,500円	7,700円	—	—
法人会員 1口 (9:00~21:00)	11,000円	11,000円	会費年一括 *2ヶ月分割引 110,000円		無記名カード 2枚発行

*組合員とは愛媛医療生活協同組合に加入されている方です。1口1,000円からの出資金で加入できます。 ※メディカル会員に関しては、スタッフまでお問い合わせください。
*会費年一括の場合は、中途退会での払い戻しは致しません。 ※金額は税込の価格となっております。

■ 営業時間 土曜日・祝日は全ての会員種別の方にご利用いただけます。

平日	9:00~21:00	最終入場20:30	土曜日・祝日	全ての会員種別の方 9:00~18:00	最終入場17:30
----	------------	-----------	--------	----------------------	-----------

■ 休館日 日曜日/お盆/年末年始/特別施設点検日

■ ご入会時にご用意いただくもの

- 入会申込書 誓約書・質問表
- 入会金 **今なら無料** ※メディカル会員は不要。
- 事務手数料 1,100円
- 2ヶ月分の月会費 ※月の途中入会の場合は残り日数の日割り計算。 入会月・翌月分
- 口座引き落とし銀行の通帳と印鑑 ※3ヶ月目の月会費から口座引落し。
- 本人確認証明書類 免許証・健康保険証・学生証・パスポート等。

●ご入会は満年齢15歳(高校生)以上の方に限らせていただきます。●月会費のお支払いは、口座振替といたします。●刺青者、暴力団及びその関係者のご入会はお断りさせていただきます。