

健康増進・疾病予防・介護予防を目的とした
あおい健康クラブ
 (保険適用外・自費のサービス)

	内 容	料 金	お支払い方法
運動コース	リハビリを終了された方、ケアコース・しっかりケアコースを受けられた方を対象に、リハビリ室内の機材を使用し、健康増進・維持をはかるコースです。	4回¥4,000 8回¥7,500	一括払い
ケアコース	個々の症状に応じてマッサージや運動指導を行い、身体の不調や機能の改善をはかります。	¥2100	都度払い
しっかりケアコース	ケアコースよりもさらに充実した内容のコースです。	¥4200	都度払い
マンツーマンコース	専門スタッフとマンツーマンで、個人に合わせた運動や栄養を指導を行います。各種スポーツのコンディショニングやダイエットなどにおススメです。	¥5250	都度払い
集団コース	少人数制の体操教室です。月ごとに決まったテーマでみんなで楽しく身体を動かすコースです。ご家族やご友人を誘っていただいで、ご参加も大歓迎です。	4回¥4000	一括払い

ケアコース

注目!!



マッサージと運動
で体も心もスッキ
リ、リセット!!

予約不要
時間:約40分

集団コース



みんなで、ワイワイ楽
しくやっています!少
人数なので、指導も
行き届き、安心です!

予約制
時間:約50分

運動コース



リハビリ室の
各種機器は医
療用であるた
め、安心して
運動して頂け
ます。

予約不要
時間:約60分

しっかりケアコース



ケアコースより
も、さらに時間
を充実させた
内容で、満足
間違いなし!

予約制
時間:約60分

マンツーマン



専門のトレー
ナーが個人に
合わせたトレー
ニング指導を
行います。あな
たの目標達成
をお手伝い致
します!

予約制
時間:約60分

◎運動コース以外のコースは、どなたでもご参加いただけます。◎これら全てのコースは保険診療ではなく、保険外診療（自由診療）になります。◎料金には、傷害保険料が含まれております。◎運動コース、集団コースの回数券の使用期限は2ヶ月間です。

あおい健康クラブ

新

「ケアコース」

はじめました！！

運動・体操
20分



マッサージ
20分

専門の理学療法士、トレーナーによる
ケアを行いますので、安心・安全で大
変お得なコースとなっております！！

