新春企画

おためし会員募集します!

平成最後まだ間に合う! おためしで始めてみませんか?」

なんと!

(個人の方に限ります)

1週間 1,000円(税込) ポッキリ

おためし会員ならヨガもピラティスも受講OK!

トレーニングマシンも使い放題の1週間!

もちろん1週間の個人用マシントレーニングメニュー作成します!

各プラン

下記のプランから
お選びください!
(複数可)

定員20名

- A 1/7(月)~1/13(日)
- B 1/14(月)~1/20(日)

※14日(月)は17:00までとなります。

- C 1/21(月)~1/27(日)
- D 1/28(月)~2/3(日)

STUDIO PROGRAM 宇和島店 スタジオプログラム

全てのレッスンが受講できます。

黄色のスクールに関しては、スクール生のみのご利用となります。

	月	火	水	木	金	土	日
10:00				ストレッチ		ストレッチポール	
11:00	ヨガ60	ヨガ&ボール体操		かんたん・スタートエアロ60	ヨガ60	ピラティス	サーキット
12:00							
13:00							
14:00	ストレッチ	ストレッチ		ストレッチ	ストレッチ	ストレッチ	ストレッチ
	オリジナルエアロ	ZUMBA GOLD®45&ストレッチ	休	フロースタイルヨガ	ハワイアンフラ	ZUMBA®45&ストレッチ	ステップ45
15:00	マッスル・コア30	ステップ30		ステップ30	マッスル・コア30	らくらくヨガ	
16:00			館		フラダンススクール		
17:00							
18:00		正道会館空手スクール	日	HIPHOPスクール			
19:00							
20:00	ヨガ60	サーキット		ZUMBA®45&ストレッチ	ピラティス		
21:00	ダンベル体操	ストレッチポール		マッスル・コア45	ストレッチポール		
22:00							

…入会したその日から楽しめるレッスンです。初めての方でも安心♪

※ご利用の際は、運動のできる**服装**、**室内シューズ**、**タオル**を必ずご持参ください。

お客様の声

❶ 私はVISTARでこうなりました。

ジムに通い始めて1年になりますが週4~5回のトレーニングで体重5kg減、ウエスト5cm減で理想の体型に近づいてきて喜んでいます。
少しでもゴルフ上達にプラスになればと始めましたが、中々成果に結びついていません。こうご期待?

❷ VISTARでの過ごし方は?

ジムでは30歩行、30分自転車漕ぎ、各種筋トレを1時間程度やっております。
スタッフに計画してもらったスケジュール順で真面目にトレーニングに励んでおります。
さぞかし修行僧の様な難しい顔をしてトレーニングしている事でしょう。自分でも可笑しくなります。

❸ VISTARスタッフの印象は?

スタッフの皆さんは非常にフレンドリーで優しく、丁寧に指導してくれます。
多くの人がジムに通われる事をお勧めします。

畑中 穣様 (74歳)

お客様の声

❶ 私はVISTARでこうなりました。

週4~5日レッスンやマシンでの筋力トレーニング・ランニングをしています。
おかげで女性にとって嬉しい3点セット(体重・体脂肪・内臓脂肪)が減り、ますますトレーニングが楽しくなっています。
フルマラソンやウルトラマラソンに挑戦するなどVISTARに通いだした事で楽しみや目標が増えています。

❷ VISTARでの過ごし方は?

マシンは色々とあり、部位ごとにトレーニングできるのでどれもおススメです。
私のおススメレッスンはマッスルコアとピラティスです。体幹を鍛えるのはもちろん夜にもレッスンがあるのでお仕事終わりにでも通えます。
レッスン内容も変わったりするので飽きることなく楽しく受けられます。

❸ VISTARスタッフの印象は?

スタッフの皆さんは元気で明るく優しい方ばかりなのでいつも気持ちよく利用させてもらっています。わからない事や不安なことがあっても、とても丁寧に対応してくださいます。
また、サポート力も凄く、そのおかげでマラソンも完走することができました。忘年会等のイベントも考えて下さるので、トレーニング以外でもスタッフの皆さんと接する機会や楽しみがあります。

山下 加奈枝様 (32歳)

FITNESS CLUB VISTAR
フィットネスクラブ・ヴィスター

宇和島店
宇和島市介護予防事業受託施設

〒798-0024
宇和島市伊吹町字イカリ石甲1083-1
☎0895-28-6140

ご利用時間 平日/10:00~22:00
土曜日・日曜日・祝祭日/10:00~17:00
休館日 毎週水曜日(お盆・年末年始・施設点検日)

公式ホームページ
http://vistar.biz/