

今年こそ目標達成!

新春スタートキャンペーン!

先着 100名様 | 1/16 (水)24:00まで

2大特典!

スタートパック

特典
1
月会費
(3ヶ月間)

3,000円/月

(税別)

※1月・2月・3月各月
通常7,980円(税別)/月
※マスター会員の場合

※6ヶ月以上在籍いただける方に限ります。※別途登録手数料、2,000円(税別)が必要です。※再入会の方は店舗へお問い合わせください。※使用している写真はイメージ写真となります。

利用開始日はお選びいただけます。会費の日割りもご用意しております。

特典
2

水素水2ヶ月間

0円

通常1,000円(税別)/月

水素水用
アルミボトル
1本プレゼント

お得なナイト会員募集中!

【平日21:00~24:00 4,980円(税別)/月】

平日24時まで 営業!

レッスン後もお風呂でゆっくり!

初めてでもトレーニングメニューと安心プログラムで定期的に続けられる!



ジム



スタジオ



プール



リラックス



骨盤リセット



はじめてサポート



初めての方に優しいフィットネスクラブ

フィットネスクラブレフコ

ゆめタウン佐賀店



0120-025-237

《電話予約可能》
お早めにお申し込みください。

まずはWEBをチェック! [フィットネスクラブレフコ](#)

見学いつでも 受付中!

GYM

最新・充実の設備が盛りだくさん!

有酸素マシンなど、種類や台数も豊富!
初心者の方も使いやすい!

ジムの 注目ポイント

有酸素系マシン
50台、ウエイトマ
シン24台、快適な
室温のジムで運
動し、汗を流しま
しょう。広いス
テッチエリアも
オススメです。



テレビ付
ランニングマシン
脂肪燃焼に効果的な
トレーニング方法を、
経験豊かなトレーナー
が適切にお教えしま
す。



ウエイトマシン
カラダ全身を引き締
めたい方、まずはウ
エイトマシンから始
めましょう。女性
でも安心です。

STUDIO

癒しからアクティブまで好みに
合わせて参加できます!

広々としたスタジオ! ヨガからエアロビクスまで豊富なレッスンを取り揃えています。



グループフィット

格闘技とボクシングの動きを取り入れた、脂肪燃焼
効果抜群のエクササイズです。ストレスをノックアウトし
ましょう。



ラディカルパワー

音楽に合わせてバーベルトレーニングを行うプログ
ラムです。重さを自由に選べられるから、体力に自信
が無くても安心して参加できます。



FATBURN
ABILITY
IS LIMITLESS
ファットバーン
イギリス発サーキットトレーニングで30分できもちりと汗
がかけられるので、忙しい毎日でも続けやすい。だからこそ引
き寄せます。



ZUMBA

「音楽」と「ダンス」、それにフィットネス・エクササイズ
を融合させたダンスエクササイズ!

スタジオの 注目ポイント

エアロビクスは
もちろん、筋トレ、
格闘技系、ダンス、
ヨガ、ピラティス
など、様々なクラ
スを週に約60本
実施。

POOL

コースは3コースですが、しっかり25m。
大人専用プールなので、ゆったり、さらに電子波処理水でお水スッキリ!

一年中30℃の快適温水プール!

プールの 注目ポイント

レフコの水は「TeO」
(電子波処理装置)
にてナノレベルで
の分子振動によ
り、館内全ての
お水が他のプール
やお風呂と異なり
ます。肌や髪の毛
に優しい「ナノ水」
のお水です。



アクアビクス
脂肪燃焼&筋力アップ
に効果的!みんなで
楽しくメリハリボディを
目指します!

RELAX & PELVIS RESET AREA

疲れを癒せるスパ&リラックス空間!
「骨盤リセットエリア」では
最新の骨盤リセット方法をパネルで解りやすくご案内!

【温浴施設エリア】
もちろんお風呂だけの
利用もOKです!



【温水浴】 【冷水浴】
【ドライサウナ】 【カラン】

【骨盤リセットエリア】
1日5分寝だけの「骨盤リセット」が
おすすめです!



1H5分寝だけの「骨盤リセット」がおすすめです!
カラダや骨盤の歪み・重みを正しくリセットすることは
腰痛 肩こり 膝痛 冷え性 姿勢改善
などに効果的!
骨盤を本来の位置に戻し、
「正しい姿勢・くびれたウエスト」を取り戻そう!

キッズ 体操教室

3~12歳までに運動神経の90%以上が決まると言われ
ています。子供は本質的に「自分の身体を自在に動か
す」ことを欲しています。マット運動はその欲求を直接
的に満たす手段として非常に有効な運動です。

育ちざかりの
キミのために!

対 象 / 5歳~10歳
曜 日 / 水曜日
時 間 / 16:30~18:00
(年間45回)

無料体験会実施!
お気軽にお申し込みください!

月会費 / 5,000円(税別)
入会金 ▶ 0円



HIPHOP

公立中学校の体育授業の必修に組み込まれたダンス。
早期スタートで苦手克服!基礎体力やリズム感、表現力
の向上を図ります。

リズムに
合わせて
Let's Dance

金曜日 対 象 / 小学3年生~6年生
時 間 / 17:30~18:15(年間45回)

月会費 / 4,000円(税別)
入会金 ▶ 0円



※対象年齢は目安となります。 ※詳しくはお問い合わせください。

レフコの 効果的 トレーニング 3step

- 1st step 骨盤リセット (15分)
 - 2nd step 筋トレメニュー (30分)
 - 3rd step 有酸素運動または レッスン参加 (75分)
- そしてお風呂とマッサージチェアで
リラックス!(60分)



あんしん 6ヶ月サポート
スタッフがマンツーマンで指導するので初めてでも安心です。(30分/回)

- 初めてでも安心! 運動をスタートしよう!!
 - support 1 運動メニュー無料作成
 - support 2 カラダ測定&骨盤リセット
 - support 3 コアトレ&肩楽ストレッチ
 - support 4 カラダ測定&種目見直し
- 1ヶ月目は4回、以降毎月6ヶ月間(各月1回)サポートします。

※使用している写真は一部レフコ他店舗のもので、イメージ写真となります。※店舗によりプログラムや施設構成が一部異なります。

会員種別をお選びください!

| 会員種別 | ご利用時間帯 | ご契約方法 月会費(月契約で月払い) |
|----------|---------------------------------|-----------------------|
| マスター会員 | オールラウンドに楽しみたい方に! | 7,980円(税込) |
| マスターペア会員 | 2名のペアでお得! | 6,980円(税込) |
| デイトタイム会員 | 昼間の空いた時間に利用したい方へ オススメのお得なプラン | 5,980円(税込) |
| ナイト会員 | 仕事終わりにリフレッシュ! | 4,980円(税込) |

※各種別、1日1回、3時間以内のご利用となります。 ※デイトタイム会員、ナイト会員の設定時間外のご利用は料金が発生いたします。

入会資格 15歳以上の方で、当クラブの承認を得た方
※ただし、右記の方は入会いただけません。
●専ら関係者 ●判書のある方(タトゥーを含む) ●妊娠している方
●未成年の方が入会いただく場合は保護者の同意が必要となります。
※地域条例に従い、18歳未満の方のご利用は22時までとさせていただきます。

入会に必要なもの 入会時のみクレジットカードがご使用いただけます。

下記のものをご持参いただき、入会申込書に必要な事項をご記入の上、お申込みください。

2ヶ月分月会費 ▶ 2,000円

入会諸費用 ▶ 2,000円

身分証明書 認印

会費支払口座のキャッシュカード 手続きがとっても簡単
一部お取り扱いのできない金融機関もございます。お取り扱いの出来ない金融機
関、またはご登録ができないカード※の場合は銀行振印が必要となります。
※登録できないカードとは「磁気を読み取れないカード」「代理人カード」などです。
金融機関により、お取り扱いの出来ない時期がある場合がございます。

「ゆめタウン佐賀」より
南側・徒歩2分! 通いやすい!

いつでも見学大歓迎!
担当のスタッフが悩みや不安を解決します!
もちろん見るだけでも大丈夫です!
見学は予約不要!いつでもOKです!

法人会員も募集中!

詳細はクラブまでお問い合わせください。



「ゆめタウン佐賀」
共有駐車場 3,600台完備!

初めての方に優しいフィットネスクラブ
フィットネスクラブレフコ ゆめタウン佐賀店
お気軽にお問い合わせください。(携帯・PHS OK)

0120-025-237

〒849-0919 佐賀県佐賀市兵庫北5-13-63
【営業時間】平日 9:00~24:00 / 土 9:00~21:00 / 日・祝 9:00~20:00
【休館日】毎週木曜日・夏季・年末年始

プログラムスケジュールWEBにて公開中!!
レフコ http://www.refco.ne.jp