

2020 新しいワタシ

ちょっとだけ
身体を動かしてみる。
続けられる環境に
身を置いてみる。

少しの工夫で、
確実に変わる。だから、
ルネサンスで
動き出そう。

会員プランは2つ。今ならお得に始められます! 1/11(土) ▶ 2/16(日)

おすすめ! **月額固定** 使いたい放題プラン

月々 **8,580** 円 (税込) Monthly
コーポレート会員



会社帰りも
便利!

・入会時の手数料

通常1,100円(税込)

・レンタル用品

通常3,630円/月(税込) **最大2ヶ月間**

タオル(大小セット)・シューズ・Tシャツ・ハーフパンツ

0 円

都度払い 使う毎にお支払い

1回 **1,650** 円 (税込) 1 Day
コーポレート会員

レンタル用品

通常1,600円/回(税込)

入会当日

タオル(大小セット)・シューズ・
Tシャツ・ハーフパンツ

0 円

入会するなら、今スグに! らくらくWEB登録から

お手続きに必要なものなど詳細もご案内しています。



確実に変わる。



**自己流は、もう卒業！
3か月間無料サポート
カラダ・ワカル・カワル**

専門知識をもったトレーナーが、マンツーマンで相談に乗ってくれるから、やる事が明確に！途中経過もチェックしながら続けられます。



**ダイエットは
食生活を記録するだけ！
カラダかわるNavi**

日々の食事を記録すると、AI管理栄養士がアドバイスをしてくれる！健康スコア70以上で「3か月3キロ減」も無理なく実現。



**食べ過ぎちゃった時の
対処法だってあります！
nosh(ナッシュ)**

糖質を押さえながらも豊富なタンパク質の食事を、冷凍で自宅へ配送してくれます！すぐに調整できるから、リバウンドの心配もなし！



**がんばらなくても
調子がよくなる！
ホットプログラム**

ずっとずっと頑張る続けることは難しい。その日の体調や気分に合わせて、温かいスタジオの中でヨガを楽しむのも1つの選択。



**毎日が忙しいあなたに、
15分で最大の効果を！
adidasGYM&RUN**

adidas社が開発したショートプログラム。シンプルな動きをベースに段階的に筋力負荷を高めていくから安全かつ効果的に筋力UP！



**暗闇だからこそ、
集中エクササイズ！
暗闇WORKOUT**

思い切り体を動かしたい！けど、周りの目が気になる。だけどマシントレーニングばかりじゃつまらない！そんな時は暗闇空間で解決しよう！

見学・体験
いつでも
受付中

どんな場所？何できる？お越しください。その目でお確かめください！

【北海道・東北】	【関東】	新浦安	新所沢	両国	〈神奈川県〉	【中部・北陸】	【近畿】	【中国・四国】	【九州・沖縄】	長崎ココウォーク
札幌平岸	〈茨城県〉	幕張	〈東京都〉	青砥	横浜24	長岡	京都山科	玉島	小倉	佐世保
アリオ札幌	水戸24	銚子	赤羽	北千住	天王町	松本	豊中	福山春日	福岡香椎	おおい
函館24	竜崎ニュータウン	八日市場	光が丘	三軒茶屋	港南台	トア沼津	住之江	福山多治米	福岡大橋	熊本南
仙台泉中央24	〈千葉県〉	〈埼玉県〉	石神井公園	経堂	港南中央24	静岡	久宝寺	東広島24	福岡西新24	熊本学園大通
仙台長町南24	野田	浦和	練馬高野台	仙川	相模大野	名古屋熱田24	アザレア大津	広島東千田24	春日	宮崎
仙台南光台24	佐倉	蕨24	富士見台	東伏見	橋本	甚目寺	登美ヶ丘	広島ボールパークタウン24	イオンモール福岡24	ライカム24
山形	ユカリが丘	北朝霞24	早稲田	ひばりヶ丘	淵野辺	名古屋小幡	尼崎	広島緑井	【その他】	
福島	稲毛24	北戸田24	亀戸	東久留米	大和24	岐阜LCワールド	伊丹	徳山	ヨガススタジオ「Demil」都内に7店舗	
郡山24	土気あすみが丘	春日部	北砂	国立24	海老名		神戸		サイクル&スタジオ「R」渋谷	
いわき	浦安24	吉川	曳舟	西国分寺24	久里浜24		姫路		・契約内容により利用できない場合あり	

①はホットスタジオがあります。※一部有料プログラムあり。②は暗闇ワークアウトが受けられます。テニス、スカッシュ、ゴルフ、託児室、駐車場など、一部事前予約が必要な設備、有料の設備がございます。

**24時間ジム営業
全国拡大展開中！**



店舗の詳細は ➡

ルネサンス〇〇

検索

〇〇は上の店舗を入力

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※表面に記載の会員は、月ごとに変更可(変更手数料なし)。※以下の項目に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。●医師等により、運動を禁じられている方●妊娠中の方●他人に感染する恐れのある疾病を有する方●酒気を帯びている方●刺青(タトゥー含む)のある方●ペット連れの方●暴力団関係者●弊社の会員規約にご同意いただけない方●その他弊社が不適当と認めた方

不明な点は、お電話ください 平日 10:00~17:30

03-5600-5399