

医療施設が運営するメディカルフィットネス



ご見学・体験利用受付中！

健康塾会員募集中

このような方におすすめです！

- ☑病気の予防・改善のために安全に運動がしたい。
- ☑退院後、体力が著しく落ちてきている。
- ☑リハビリは卒業したけれど、運動を継続したい。
- ☑姿勢が悪いとよくいわれる。
- ☑認知症予防として運動がしたい。

当施設が解決します

院内連携・安全安心

健康運動指導士がサポート

快適環境の提供



グループレッスン
健康倶楽部



パーソナル
ストレッチ&トレーニング
※詳しくはお問合せください。

健康塾 HP



Instagram



お電話、健康塾HP、Instagram
DMよりご予約ください。



疾病予防運動施設 健康塾

兵庫県西宮市池田町3-25 西宮渡辺心臓脳・血管センター 健康館 4階

☎営業・受付時間 9:00~17:00 TEL 0798-36-1166
営業日…月曜日~土曜日 定休日…日曜日

健康塾



ストレングスマシン

カーディオマシン

集団体操

イタリアの機器ブランド「テクノジム」のマシンです。可動がスムーズで使いやすいのが特徴です。

トレッドミル、エルゴメーター、リカンバントエルゴメーターの3機種を設置しています。

ストレッチ、ツールを使用した軽運動を参加者とコミュニケーションを取りながら楽しく実施します。

健康塾とは…

医療法42条に基づいて認可された、医療法人が運営する運動療施設です。医学的なデータをもとに健康運動指導士が運動処方をおこない、効果的な運動メニューを提供し、お客様の**安全・安心**を第一に皆さまの健康のお手伝いをいたします。

ご利用時間 平日・土曜日（各時間予約制）

ご利用時	体操
9:00~10:30	9:00~9:30
10:30~12:00	10:30~11:00
月~金 12:00~13:30 土 なし	平日 12:00~12:30 土 なし
15:00~16:30	月・水・金・土 15:00~15:30

午前の部

午後の部

ロッカー 完備	トイレ完備	緊急時 対応	エレベーター 完備
------------	-------	-----------	--------------

種別	料金(税込)
初回入会金	¥11,000
フリー利用	¥8,250
5回利用	¥5,500
都度利用(1回)	¥1,650
一日体験/ビジター	¥1,650

感染対策 実施中	定期的消毒を していただきます
マスクの着用 をお願いします	手洗いを お願いします

- ・利用人数制限
- ・換気付空調機完備
- ・スタッフ体調管理
- ・体温管理

2024年9月1日～健康塾運営スケジュール

		9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00
月	GYM	9:00~10:30			10:30~12:00			12:00~13:30			法人関連施設パーソナル対応			15:00~16:30				
	Ex space	9:00 体操			10:30 体操			12:00 体操							15:00 体操	法人関連施設 パーソナル対応		
火	GYM	9:00~10:30			10:30~12:00			12:00~13:30			法人関連施設パーソナル対応			15:00~16:30				
	Ex space	9:00 体操			10:30 体操			12:00 体操								法人関連施設 パーソナル対応		
水	GYM	9:00~10:30			10:30~12:00			12:00~13:30			法人関連施設パーソナル対応			15:00~16:30				
	Ex space	9:00 体操			10:30 体操			12:00 体操							15:00 体操	法人関連施設 パーソナル対応		
木	GYM	9:00~10:30			10:30~12:00			12:00~13:30			法人関連施設パーソナル対応			15:00~16:30				
	Ex space	9:00 体操			10:30 体操			12:00 体操								法人関連施設 パーソナル対応		
金	GYM	9:00~10:30			10:30~12:00			12:00~13:30			法人関連施設パーソナル対応			15:00~16:30				
	Ex space	9:00 体操			10:30 体操			12:00 体操							15:00 体操	法人関連施設 パーソナル対応		
土	GYM	9:00~10:30			10:30~12:00			パーソナル			法人関連施設パーソナル対応			15:00~16:30				
	Ex space	9:00 体操			10:30 体操										15:00 体操	法人関連施設 パーソナル対応		