


～入会から運動開始までの流れ～

 **入会届用紙記入**




 **メディカルチェック**
(所要時間 30 分要予約)



 **オリエンテーション**
運動の流れの説明
(所要時間 60 分要予約)



 **トレーニング開始**



メディカルチェックとは

医師との問診や採血を実施し
運動前の健康状態を確認します。
半年に一度行い運動の効果を
みていきます。



問診の結果、医師の判断により
心電図検査をすることがあります。

他院かかりつけで採血結果をお持ちの方や健康診断の結果をお持ちの方(共に6ヶ月以内のものが有効)は、ご持参いただければ採血は必要ありません。

採血料金……………5,000 円

心電図料金……………1,300 円

メディカルチェックでの採血が保険適用となる場合もありますので**保険証**を必ずお持ち下さい。

 **6ヶ月後再度メディカルチェック**

トレーニング内容の見直し

メディカルチェックは入会后、半年に一度実施します

>> 入会時に必要な物 <<

1. 会費引き落としで利用する銀行口座のキャッシュカード
(印鑑は不要です)
2. 入会金・初回月会費・引き落とし口座登録料 300 円