

# 提携駐車場 割引スタート!

車で通いやすくなりました!

※割引は10月から開始となります。  
詳しくは店頭スタッフまでお問い合わせください。

初ジム  
徹底  
サポート

RETIO BODY DESIGN

静岡駅葵タワー店(B1F)

提携駐車場

稲森  
パーキング

地下駐車場  
「エキパ」

タクシー  
のりば

北口  
JR静岡駅

バス  
ターミナル

マシンピラティスや  
＼ヨガも通い放題!／

スタジオ  
プログラム

受講  
無料

※RETIO会員様(月会費 通常¥7,590)が受けられる  
プログラムです。詳しくは裏面をご覧ください。

マシンピラティスが  
2クラスになりました

ビギナークラス

ベーシックplusクラス

新規入会キャンペーン 10/1<sup>[火]</sup> 9:00 ▶ 11/30<sup>[土]</sup> 18:00

今なら最大

¥39,160<sup>(税込)</sup> おトク!!

初期費用

入会費  
セキュリティキー発行費

¥0

通常  
¥13,090(税込)

入会月の  
月会費

日割り分が

¥0

最大  
¥7,590(税込)

月会費  
1ヶ月分

年間プラン  
ご加入で

¥0

通常  
¥7,590(税込)

月会費  
1ヶ月分

2人以上の  
同時入会で  
さらに

¥0

通常  
¥7,590(税込)

水素水  
2ヶ月分

¥0

通常  
¥2,200(税込)

水素水専用ボトルプレゼント

通常  
¥1,100(税込)



※数に限りがありますのでお早めにお申し込みください ※写真はイメージです

RETIO BODY DESIGN レシオ ボディ デザイン  
静岡駅葵タワー店



RETIOは楽しみながら続けられるジムを目指します！ **ビギナーサポートプログラム** × **スタジオプログラム**

無料で何度でもOK！

**SUPPORT**

ビギナー  
サポートプログラム

はじめてでも効果的にボディメイク！



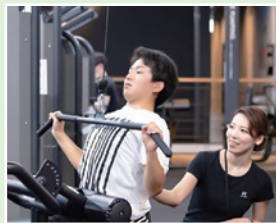
### トレーニング セミナー

「ジムって何をしたらいい  
かわからない」。そんな方  
に向けてジム利用の流れ  
や筋肉ができる仕組みな  
ど、トレーニングに関する  
基礎知識をお伝えします。



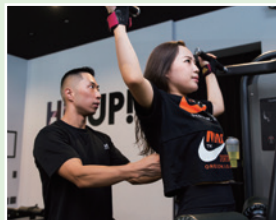
### 食事セミナー

ダイエットの正しい知識を  
お伝え⇒体組成計で自分  
を見直す⇒正しい知識と  
リバウンドしない健康的  
な体づくりを何度でも無  
料でお伝えします。



### トレーニング レクチャー (1回目)

マシンの使い方やフォー  
ム、ダンベルなどを使った  
種目のトレーニング方法を  
何度でも無料でお伝えし  
ます。



### トレーニング レクチャー (2回目)

1回目の内容をおさらいし  
て、より効果的なフォー  
ムを習得していただけるよう  
何度でも無料でお伝えし  
ます。

全プログラム無料

**STUDIO PROGRAM**

スタジオプログラム

充実のプログラムで楽しく継続！ 少人数グルーフトレーニングのプログラムです



### マシンピラティス

専用のマシンでバネや滑車などの仕  
組みを使いながらトレーニングする  
ことで、体の姿勢や機能を改善し、  
効率的なボディメイクに繋がります。

ビギナークラス ペーシックplusクラス



### ヨガ

心身のリラックス効果と自律神経を  
整える効果があります。体のバランス  
が整うので太りにくい体づくりに繋  
がります。



### 脂肪燃焼(HIIT)

高強度インターバルトレーニングに  
よる燃焼率はもっとも高く、心肺機  
能・筋力アップといったプラスなこと  
ばかり！楽しく効率的に体を動かさ  
るように毎回違うメニューをご用意  
しています。



### ヒップアップ

マシンでは鍛えられない細かいところ  
まで鍛えていきます。お尻を鍛える  
ことで①代謝UP⇒痩せやすい体  
づくり、②スタイルUP⇒脚長効果、  
③女性らしさUP⇒魅力的なボディ  
ラインといったメリットがあります。



### VRTランボリン(U BOUND)

VRの映像と音楽に合わせてミニトラ  
ンボリンの上で楽しくエクササイズ！床  
で行う運動に比べてランボリンが足・  
腰への衝撃を緩和してくれるので、安  
全にエクササイズすることができます。



### ストレッチ

どなたでもできる簡単なストレッチ  
エクササイズ。可動域が広がること  
でトレーニングの質アップも期待で  
きます。自律神経を整え、一緒にリ  
ラックスしませんか？



### シェイプアップ

「お腹周りの脂肪が気になる」とい  
う方、必見。アップテンポな音楽とイ  
ンストラクターの掛け声に合わせてお  
腹周りを中心に短時間集中でトレ  
ーニングします。



### バーチャルレッスン

世界トップクラスのインストラクター  
が人気の音楽にのせて教えるバー  
チャルレッスンです。定期的にプロ  
グラムと音楽がアップデートされます。

毎日のトレーニングが楽しくなる空間と充実の設備



### トレーニングマシン

ランニング・バイシクルなど  
の有酸素マシンや、全身くま  
なく鍛えられる筋力トレ  
ーニングマシンを各種ライン  
ナップしています。



### スタジオ

専門インストラクターによる  
各種スタジオプログラムが  
受講いただけます。床材は  
膝や腰に負担の少ない素材  
を採用しています。



### VRスタジオ

随時バーチャルレッスンの  
映像を流しているのので24  
時間好きな時間にいつでも  
トレーニングできます。



### レディースゾーン

女性だけの空間で全身を鍛  
えることができるレディース  
ゾーン。バランスよくトレ  
ーニングを行い、引き締まった  
ボディを目指しましょう。



### ラウンジ

トレーニングやプログラム  
後にゆったりくつろげるス  
ペースもご用意しています。  
ボディメイクに欠かせない  
プロテインも販売しています。



### 水素水サーバー

ナノレベルで活性酸素を除  
去する《高濃度》水素水は、  
運動前後の体にぐんぐん浸  
透します。  
[月額:1,100円(税込)]



### コラーゲンマシン

ピンクの光が体の内部か  
らコラーゲン生成を促すこ  
とによってキメの整ったお肌  
に導きます。  
[月額:3,300円(税込)]



### 酸素ボックス

高気圧により血中酸素濃度  
を高めることで脈拍と自律神経  
が整います。溜まっていた疲れ  
を残さずリフレッシュできます。  
[月額:3,300円(税込)]

パーソナルマシンピラティスジム  
**ELEMENT**  
Pilates  
インストラクターが  
一人一人に合わせた  
プログラムを組  
むことで姿勢や体  
の機能改善を効率  
的に進められます。  
別途有料

パーソナルトレーニングジム  
**REAL WORKOUT**  
個室パーソナルトレ  
ーニングジム。お客様  
1人に対し、トレー  
ナー1人がマンツーマ  
ンでトレーニングや  
エクササイズ、食  
事などトータル的に  
指導します。  
別途有料

## 入会方法

※お支払い方法はクレジットカードのみとなります。

### STEP 1

下記の3つを持って  
ご来店ください

- ①顔写真付き証明書  
(免許証、パスポート、学生証等)
- ②クレジットカード
- ③スマートフォン

### STEP 2

施設をくまなく  
ご案内します

ジムの雰囲気や設備(シャワー室や  
更衣室、コラーゲンマシンなど)をご  
自身の目で確かめください。

### STEP 3

入会手続き後、  
利用方法をご説明

入会手続き後、各種スタジオプロ  
グラムのご予約方法や施設の利用方  
法についてご説明いたします。

ご入会手続き後から  
ジムのご利用が可能です

TOKAI ケーブルネットワーク・トコちゃんねる静岡 のサービス※にご加入のお客様と同居ご家族様は **月会費1,100円** & **永年割引**

※ケーブルテレビサービス(テレビやインターネット)を月々2,178円(税抜1,980円)以上お支払いのお客様が対象となります。

**RETIO BODY DESIGN** レシオ ボディデザイン 静岡駅葵タワー店

無料駐輪場あり  
提携駐車場割引あり

お問い合わせ・お申し込みは、お気軽にお電話ください。

**TEL: 054-398-9800**



〒420-0852 静岡県静岡市葵区紺屋町17-1 B1F @shizuoka\_retio

レシオ静岡

スタッフ  
受付時間 平日 9:00~13:00/17:00~22:00  
土日祝 9:00~18:00

Web入会受付中

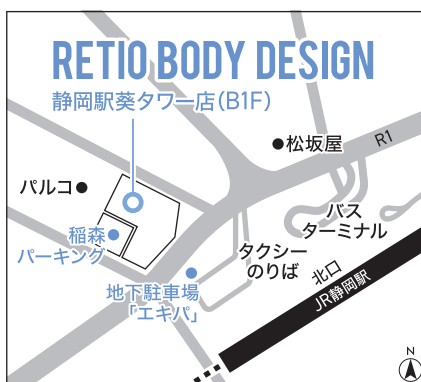
今すぐご入会のお手続きが  
可能です。



店舗の相互利用OK！

1つのセキュリティキーで他の店舗も利用できます

富士店 富士市蓼原152-1



PRICE 料金のご案内			
月会費	通常会員	¥7,590 (税込)	キャンペーン中 → ¥0
	CATV会員	¥6,490 (税込)	キャンペーン中 → ¥0
入会費		¥7,590 (税込)	キャンペーン中 → ¥0
セキュリティキー 発行費		¥5,500 (税込)	キャンペーン中 → ¥0