

営業時間

- 営業日 = 月曜日～日曜日
 - 営業時間 = 午前9:00～午後5:00
- ※ 年末年始は休業

施設利用料金

- 体力測定 3,000円 + 税
 - 月額利用 9,000円 + 税
- ※ その他のご利用方法ございます。
詳しくはお問い合わせください。

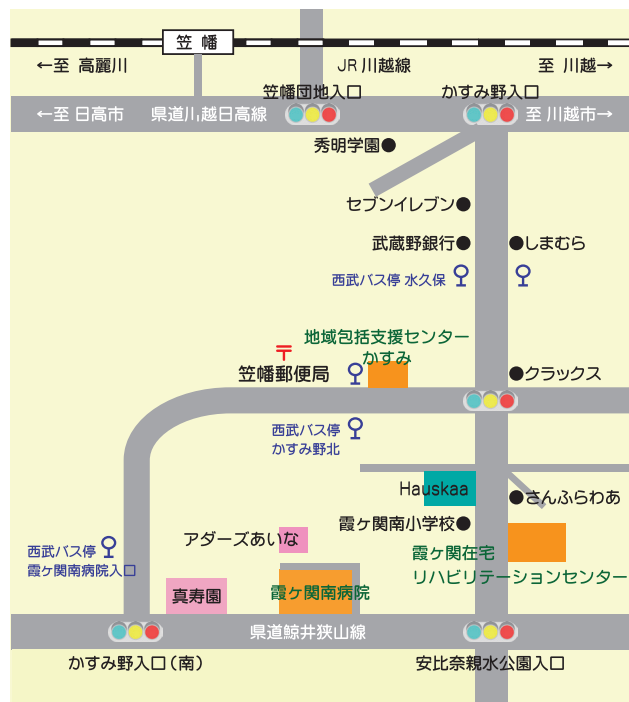


SKIPトレーニングセンター 無料お試し利用券

ご利用者氏名 _____ 様

※ お試し利用ご希望の方は、日時をご予約ください。

ご案内図



SKIPトレーニングセンター (霞ヶ関南病院 内)

〒350-1173 埼玉県川越市安比奈新田 283-1
TEL 049-232-1313 FAX 049-233-0981
Web <http://www.kasumi-gr.com/>

無料で見学・体験できます。
お気軽にお電話ください。
☎ 049-232-1313 (代表)

医療法人 真正会

SKIP トレーニングセンター

ご案内

Health Promotion Facilities SKIP TRAINING CENTER

- 健康増進
- 疾病予防
- 介護予防

「からだづくり」

「場づくり」

「仲間づくり」

SKIPトレーニングセンターは医療法人
真正会が提供する「健康増進施設」です。
「老人にも明日がある」の設立理念のもと
に健康増進・疾病予防を目的として、
Support (支援) / **K**nowledge (知識) /
Independence (自立) / **P**revention
(予防) をキーワードに「からだづくり」「場
づくり」「仲間づくり」の3つを提供する
健康増進施設です。

民間のフィットネスクラブにない“医療サ
ポート”で、安心して運動して頂けます。

こんな方におススメ！

- 病院リハビリや介護保険サービス、
機能訓練事業などを卒業された方
- 生活習慣病と診断された方
- 障がいをお持ちの方
- 運動が苦手・一人では難しいと思っ
ている方
- リフレッシュやダイエット目的の方
- 健康の維持・増進したい方
- 介護予防をしたい方
- 最近、足腰が弱くなり動くのが億劫に
感じる方 など

施設案内

● 筋カトレーニングマシン

2.5kg からトレーニング可能な7機種14台



● 有酸素マシン
エルゴメーター
トレッドミル
NUSTEP



- その他の運動
パワープレート
バランスボール
バランスマット
バランスボード
ストレッチポール
など

※ 鍵付きロッカーや飲料水もご用意しています。

Health Promotion Facilities SKIP TRAINING CENTER

その他のサービス

● 体力測定

筋力や持久力・バランス・
全身反応・InBody（体組
成計）など全種目を測定
します。



● 個別対応プログラム

・サポートトレーニング
・パーソナルトレーニング
利用者さま個々の目的に
合わせて1対1でサポ
ートします。



● 運動教室

運動教室を週3回位程度
開催しています。
詳細はスケジュール表を
ご参照ください。



- ※ 上記サービスは、別料金となります。
- ※ 内容については、お気軽にお問合せください。

SKIPトレーニングセンター
(霞ヶ関南病院 内)

〒350-1173 埼玉県川越市安比奈新田 283-1
TEL 049-232-1313 FAX 049-233-0981
Web <http://www.kasumi-gr.com/>