

コロナ禍において、多くの方の生活習慣が大きく変わってしまった去年、運動による筋力低下の防止、脂肪燃焼によるメタボ対策、心肺機能の向上、骨粗鬆症の防止、メンタル面の安定など、「フィットネス」は性別を問わずあらゆる世代にとって必要不可欠なものといえるでしょう。私たちは「フィットネス」を、自分にとってちょうどいい健康的な習慣と定義しています。

無理をせず自分にあった健康的な習慣を身に着けて、元気と健康という本当に大切なものを手に入れていただきたい。シェイプアップ、パワーアップ、アンチフレイル、アンチサルコペニア、アンチエイジング、そして未来の自分のために今こそフィットネス!

# 今こそフィットネス! 同伴体験無料

会員様  
同伴で

期間中 下記にお住まいの方は  
土浦茨城店を何回でも無料でご利用いただけます

ご利用期間

- ① 9/16(木)～30(木) …… 土浦市在住の方対象
- ② 10/1(金)～15(金) …… つくば市在住の方対象
- ③ 10/16(土)～31(日) …… 牛久市・阿見町在住の方対象

同伴利用の際

ご紹介者の方は会員規定外(曜日、時間、施設)でもご利用いただけます

※期間中の休館日:9月27日(月)、10月18日(月)

ご家族・ご友人が同伴体験ご利用後にご入会で

## ご紹介者様には

- ① ジョイフルアスレティッククラブ商品割引券 3,000円分  
クーポンプレゼント!!



- ② トレーニングマスクを  
1枚プレゼント!



- ③ BASE FOOD  
からだに必要な約30種類の栄養素が  
含まれたパーフェクトフード!!  
ベースブレッド1個プレゼント!



## ご入会様には

- ① 事務手数料  
通常3,300円(税込) → 無料

同居のご家族が1ヶ月間施設を  
無料でご利用可能

- ② 1ヶ月無料PASS 1枚プレゼント

同伴のご家族・ご友人が無料で  
施設をご利用可能

- ③ 同伴無料チケット5枚プレゼント

下記の中から1つ選べる特典

- ④ A 加圧サイクル®  
トレーニング  
1回無料
- B サプリメント又は  
プロテイン  
プレゼント

**GOLD'S GYM®**  
土浦茨城 ジョイフルアスレティッククラブ店