

24時間いつでも、
自分のスタイルで。

女性専用
ヨガ・ピラティス
スタジオ併設!!

マシンジムは、定番から人気機種まで充実!

はじめるあなたを応援!
「エントリー会員」
入会募集中!^{*1}

8月・9月は、
最大2ヶ月
月会費 **2,980**円/月
(税込3,218円/月)

別途、セキュリティカード発行料3,000円(税込3,240円)、登録料2,000円(税込2,160円)が必要です。

水素水
オプション

登録料
税込1,080円

8月・9月分
オプション料
税込1,620円/月

0円

専用ボトル
プレゼント
(500ml)

2018年5月1日(火)～2018年8月31日(金)にFASTGYM24(他店含む)の退会手続きをされた方の再入会は特典の対象外となります。*1 この特典でご入会の方は、2019年1月31日(木)までの在籍が条件となります。2018年10月以降は、ご入会時にお選びいただいた料金プランへ移行いたします。
*2 ご入会月の月会費は入会日より5日ごとの日割り料金を以下のとおりお支払いいただいております。
[1～5日100%(全額)、6～10日80%、11～15日65%、16～20日50%、21～25日35%、26～末日無料]

まずはWeb入会で特典を確保!

ファストジム 都立家政

検索

見学もOK! お気軽にお立ち寄りください。

※受付時間等の詳細は裏面をご覧ください。

24時間トレーニングジム

Open 24hours
FASTGYM24
Operated by TIPNESS

都立家政

リフレッシュも、ボディメイクも自由自在。理想のカラダづくりを始めよう!

女性専用! 落ち着いた雰囲気のアジオで、
ヨガ・ピラティスが受け放題!

スタイル改善やストレス解消効果のあるヨガ。
代謝アップに最適なピラティス。2つのレッスンが
合計週26本以上も! 出勤前や仕事帰り、
お買い物の合間などに気軽に楽しめます。



ヨガ

呼吸法とヨガのポーズを中心に行うプログラム。
心身のバランスを整え、リラックス効果が期待で
きます。柔軟性を向上したい方や集中力を高めたい
方におすすめです。



マットピラティス

ピラティス・エクササイズの基本動作を学ぶ
クラス。体幹部(腹部・背中)や骨盤を意識しながら
全身を整え、理想的なボディラインや姿勢作り
を目指します。



こんな方に
オススメです

- 家事の合間に楽しくダイエットしたい主婦の方に
- 朝活／夜活をしたいOLの方に
- 楽しく健康維持をしたいシニアの方に
- 子育ての合間にリフレッシュしたいママに

スタジオレッスンスケジュール(一部抜粋)

レッスンは基本的に毎日行っています。
🟢は初心者にもおすすめのレッスンとなります。

金	土	
🟢 ヨガ60	🟢 マットピラティス45	10:30
		11:00
HATHA YOGA ディープブレス フロウ60	HATHA YOGA ディープブレス フロウ60	12:00
		13:00
		14:00
		15:00
	🟢 マットピラティス45	16:00
		17:00
	🟢 ヨガ60	18:00
		19:00
🟢 ヨガ60		20:00
🟢 マットピラティス45		21:00

※レッスン時間、プログラムは急遽変更・休講となる場合がございます。
レッスンスケジュールの最新情報はWebでご確認ください。

使い放題! 目的に合わせて使える
充実のマシンジム!

充実の施設は、脂肪燃焼や筋力アップ、
体幹トレーニングなどさまざまな目的に
ぴったりのマシンが勢ぞろい。
効率的にトレーニングできます。



ダイエットや体力アップの定番! カーディオマシン



脂肪燃焼、引き締めなど、
カラダづくりのベースに!
ランニングマシンをはじめ
人気のカーディオマシンを
ラインナップ!

引き締め効果抜群! ウェイトマシン



カラダの各部分の
筋力アップに効果的!
全身をバランスよく鍛え
られるウェイトマシンを
ラインナップ!

バランスよく筋力アップ! フリーウェイト



より本格的な筋力トレ
ーニングにおすすめ!
基本のダンベル、安全性
の高いスミスマシン、高重
量対応のパワーラックも
ラインナップ!

ファストジム24の 特長!



マシンジム特化型!



最高水準の
セキュリティ!



24時間オープン!



リーズナブルな
月会費



駅近の好アクセス!



他店舗利用OK!
ファストジム24プラス会員なら、
関東エリアのすべての店舗が使い放題!

施設情報



マシンジム



スタジオ



シャワー



更衣室



ロッカー



プライベート
ロッカー



パーソナル
トレーナー



水素水



Wi-fi



駐輪場



シューズ
履き替え不要

※受付時間外はスタッフ不在です。 ※トレーニングを指導するジム専門トレーナーはおりません。 ※運動効果には個人差があります。 ※ここに掲載した施設写真はイメージです。 ※このチラシの内容は2018年8月の情報になります。

はじめるあなたを応援!

「エントリー会員」入会募集中!

8月・9月は、
最大2ヶ月分
月会費 **2,980円/月** (税込3,218円/月)

別途、セキュリティカード発行料3,000円(税込3,240円)・登録料2,000円(税込2,160円)が必要です。

水素水オプション

登録料 8月・9月分
税込1,080円 オプション料 税込1,620円/月
➕ **0円** ➕ 専用ボトル
プレゼント (500ml)

2018年5月1日(火)~2018年8月31日(金)にFASTGYM24(他店含む)
の退会手続きをされた方の再入会は特典の対象外となります。*1 この
特典でご入会の方は、2019年1月31日(木)までの在籍が条件となります。
2018年10月以降は、ご入会時にお選びいただいた料金プランへ移行いた
します。*2 ご入会月の月会費は入会日より5日ごとの日割り料金を以下
のとおりお支払いいただいております。[1~5日100%(全額)、6~10日
80%、11~15日65%、16~20日50%、21~25日35%、26~末日無料]

まずはWeb入会で特典を確保! ファストジム 都立家政 検索 見学もOK! お気軽にお立ち寄りください。

ファストジム24 都立家政 [料金プラン]

ファストジム24 月会費	ファストジム24 プラス月会費	ファストジム24 月会費	ファストジム24 プラス月会費
7,200円 (税込7,776円)	7,500円 (税込8,100円)	8,200円 (税込8,856円)	8,500円 (税込9,180円)

セキュリティカード発行料 3,000円(税込3,240円) 登録料 2,000円(税込2,160円)

今加入されている福利厚生サービスで、月会費がさらにおトクに。 ※詳細はWebをご覧ください。

ご入会の手続きには下記の3点をご確認ください。

- ① 本人確認書類 現住所が記載されているご本人確認書類 ●運転免許証 ●運転経歴証明書(2012年4月1日以降発行のもの) ●パスポート ●健康保険証 ●住民基本台帳カード(顔写真付) ●特別永住者証明書 ●在留カード ●個人番号カード(マイナンバーカード)
- ② キヤッシュカード 本人名義の普通預金キャッシュカード(Jデビット決済機能付の磁気ストライプがあるカード) ※キャッシュカードでの登録状況により「銀行お届印」が必要となる場合があります。

■入会時の初期費用はクレジットカード(VISA、MasterCard)またはキャッシュカードのJデビット決済でお支払い

- ① 20才以上の方は、Web入会のクレジットカード決済でお支払いいただけます。
- ② ①でない方は、店舗にてお手続き当日にJデビット決済でお支払いいただけます。Jデビット決済は、キャッシュカードを端末に通し、暗証番号を入力すると、代金がお客様の口座から即時に引き落とされます。

■ご入会後の月会費はペイジー口座振替でお支払い

- ① 毎月の月会費、各種月額利用料の振替口座はペイジー口座振替受付にて登録いたします。
- ② キヤッシュカードを端末に通し、暗証番号を入力すると、振替口座の登録が完了します。

○入会資格: 18歳以上(高校生を除く)、未成年の方は、お手続きの際、親権者の署名、捺印が必要です。

○ご入会時の持ち物が揃わない、所定の方法で初期費用をお支払いいただけない、キャッシュカードでペイジー口座振替登録が完了できない場合にはご入会いただけません。予めご了承ください。

○ネット銀行など一部対象外の金融機関、口座(貯蓄口座、法人口座)、磁気ストライプのないキャッシュカード(生体認証のみ・ICチップのみ)がござります。店舗にてご確認ください。

○初期費用、月会費について、現金ではお支払いいただけません。

都立家政駅 北口より徒歩1分!

駐輪場あり (1時間まで無料)
Ⓡ 駐車場はございません。

Open 24hours
FASTGYM24
Operated by TIPNESS

都立家政

営業時間 24時間 年中無休
受付時間(スタッフ常駐時間) ※受付時間外はスタッフ不在です。
平日 11~15時/16~20時 土日祝 10~18時

〒165-0032 東京都中野区鷺宮1-17-3 2階
03-5356-0231 電話受付時間/上記受付時間内