

## ■メディカルフィットネスこうなん入会の流れ

### ①入会案内(1回目)

入会までの流れと入会申込書類についてご説明します。

### ②入会手続き・初回カウンセリング(2回目)

入会手続きまでに『身体状況証明書』の準備が必要です。  
身体状況証明書や入会アンケートなどを基にカウンセリングを行い、  
目的に合わせた運動プログラムを作成します。

### ③初回ガイド(3回目)

個別の運動プログラムを通して施設のご利用方法を丁寧に説明します。

## ■運動の流れ

### ★入会手続きに必要なもの

(下記のものをお持ちいただき、  
フロントにて手続きください)

- ①月会費2ヶ月分
- ②引落口座番号の分かるもの
- ③通帳届出印
- ④身体状況証明書  
(医療機関より発行された運動許可証)

運動開始

### 【定期評価】 ※3か月ごと

- ・体成分測定
- ・カウンセリング  
⇒プログラムの見直し

運動の継続

## メディカルフィットネスこうなんの特徴

運動の専門家が定期的に行う効果測定の結果に基づき  
個々の目標に応じたプログラムを作成、サポートします

### ①個別の目的に合わせた専用の運動プログラム

個々の目標・希望に沿った運動プログラムを専門スタッフが提案します。

### ②充実した運動プログラムを提供

フィットネスマシン、スタジオプログラムなど充実した運動プログラムを提供いたします。

皆様の目的に合わせて継続的に運動を行いましょう。

### ③充実したサポート体制

「運動らしい運動をしたことがない」という方にも安心です。

経験豊富なスタッフが、運動の行い方等を丁寧に説明いたします。

皆様の目標達成へのサポートを精一杯させていただきます。

## インフォメーション

