

かんほきょう店 ^{30年} 12/1 (土) オープン!!

約30分で健康づくり

～ 週2日の営業です。無理なく効果的に運動ができます。～

ご入会申込み方法

1 都合の良い営業日に直接会場へ
〔原則火・土曜日が営業日です!〕

2 無料体験

ご持参いただくもの 運動しやすい服装、
室内用シューズ、タオル

3 ご納得の上、ご入会ください!

即日入会をご希望の方は、
次のものをご用意ください。

- ①運転免許証・健康保険証など、ご本人であることが確認できるもの
- ②印鑑
- ③入会金・月会費（支払い方法は現金のみ）

30年11月・12月の営業日

11月 (プレオープン)	1日(木)・6日(火)・10日(土)・17日(土) 20日(火)・24日(土)
12月 (本格オープン)	1日(土)・4日(火)・8日(土)・11日(火) 15日(土)・18日(火)・22日(土)・25日(火) 27日(木)

料金 (税込価格)

入会金	2,500円
月会費	2,700円

※契約は年契約となります。詳しくは、
スタッフへお尋ねください。

レッグ・カール

太ももを引き締め、
ひざの負担を
やわらげる



有酸素運動で
心肺機能を向上



ジョギング台

女性のためのフィットネス
1周7分のサーキットエクササイズ

4台のフィットネスマシンとステップ台・ジョギング台・マットの組合せ

有酸素運動 × 筋力運動 ▶ 心肺機能・基礎代謝 UP!



ステップ台

ショルダー・プレス

肩と背中中の凝りをとり、
後ろ姿をすっきり
肩こり緩和!



ジョギング台

アップダウンの
簡単ステップで、
持久力を養う



ステップ台

※エクササイズのイメージです。
マシンは実際のものとは異なります。

11月・12月入会の方
限定!

入会金無料!

キャラバン フィットネスかんほきょう店

【会場】
広島県公衆衛生会館 6階講堂
(広島市中区広瀬北町9番1号)

【営業日】
毎週火・土曜日
〔一部変更あり〕

【時間】
10:00～13:00
14:00～17:00
18:00～20:00(火曜日のみ)



キャラバン フィットネス®
【かんほきょう】



運営: (一財) 広島県環境保健協会 (担当: 事業連携室 住田・藤林)
所在地: 〒730-8631 広島市中区広瀬北町9番1号

問合せ: (082) 293-1511