

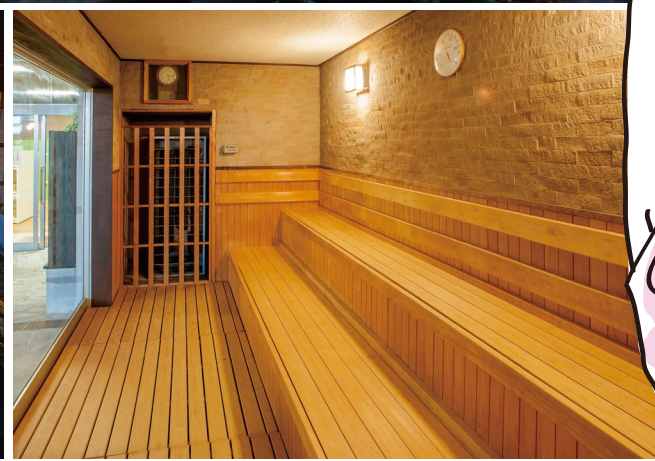
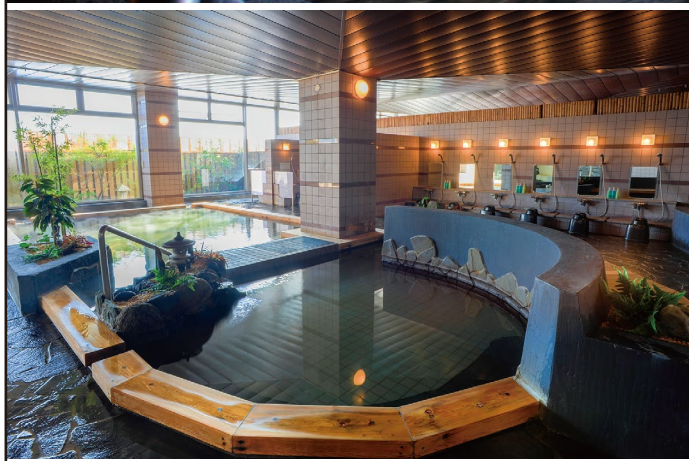
温泉もつかえる幸せ。
仕事帰りに、
オフの日に
カラダを整える
大事な時間を
ウエルビークラブで。

まいにち

温泉活



5th Anniversary Campaign



ウエルビークラブ
5周年アニバーサリー
キャンペーン

2022 10/1 SAT ▶ 11/30 WED

上記期間中ご入会の方限定特典

入会金

通常5,500円(税込)

事務手数料

通常3,300円(税込)

0円 +

初月利用料

◎レギュラー会員：初月8,250円(税込)

◎平日会員：初月7,700円(税込)

◎休日会員：初月7,700円(税込)

◎プラチナ会員：初月6,600円(税込)

0円 +

さらに！
抽選で
当たる！

抽選で1名様に

月刊「TJカゴシマ」

無料購読(1年間)が
当たるチャンス！

※当選者には後日ご連絡いたします。



お得なこの機会にぜひご入会ください。さまざまなプログラムをご用意してお待ちしております。

ビジターOK

5th Anniversary Event 11/13 SUN



5周年特別
ワークショップ

MAOBICS特別レッスン

有料 ビジターOK 事前予約制 14:45~16:00

【参加費】一般2,000円/会員1,500円

外部講師 Sakiさん 中山紗希(なかやまさき)

ヨガと出会い、ハワイのカウアイ島でRYT200を取得。その後、お客様の不調やお悩みを少しでも解決したいという思いから、pilatesや解剖学を学ぶ。現在はインストラクターの活動にとどまらず、優木まおみ氏が代表を務める一般社団法人身体美容家認定協会の運営として立ち上げから携わり、MAOBICS考案に参画し、本メソッドを広めるサポートを行なっている。開催している「美姿勢」レッスンは、yogaやpilatesをベースとし、今までの活動や学びを最大限に引き出したレッスン。頭の先から手の指先、足先まで、全身と心が整う時間を提供している。常に学びを忘れず、ひとりひとりに合った指導に向き合っている。

【MAOBICSとは】
身体美容家認定協会の代表でもある優木まおみ氏が考案したMAOBICS(MAOBICS)は、MAOm Beauty Inner Conditioning Systemの大字部分をどうしたピラティスをベースにしたエクササイズメソッドです。
『ゆるめる→使う→正しく締つける』を生活に取り入れていくこと、また、背骨を動かすことで、少しずつですが、確実に身体は変化していきます。子どもでも覚えやすいように、エクササイズ名を動物にしているのも特徴のひとつです。

【保有資格】
・全米ヨガアライアンスRYT200
・BESJマットピラティス指導者
・BESJマシンピラティス指導者
・MAOBICSインストラクター
・ベビー&ママヨガインストラクター
・身体美容家

玉昌会グループ
ウェルネスイベント ココカラ診断

無料 予約不要 10:00~15:00



「ココカラ」とは、(こころ)×(からだ)の掛け合いと、健診(ココカラ)から自分の身体を見直し振り返る、と願いが込められています。まずは、自分の身体の状態を知ることから、マイセルフケアを始めてみませんか？

e-スポーツチャレンジ!

無料 予約不要 10:00~15:00

いまや、e-スポーツもフィットネス！Switchを使用して、ボウリングゲームを実施します。初めての方も大歓迎！

第2回 ウェルネスminiマルシェ

10:00~15:00



「wellness」をテーマに第2回ウェルネスminiマルシェを開催。多世代でウェルビーをまるごと楽しむイベントです！県内各地より素敵なお店が出店します！

会員限定イベント

5周年の感謝を込めて、
5つのイベントを開催！



2022 11/11 FRI

無料 会員限定

①11:00~11:45
現役行員による資産運用講座
「人生100年時代の
ライフプランとお金の準備」

無料 会員限定

②16:00~16:45
5周年御礼
「三線ライブwith HULA」

2022 11/12 SAT

無料 会員限定

①11:00~12:00
おとなの
リズムフィットネス
特別外部講師
フィットネスクラス
インストラクター Jacky

無料 会員限定

②18:00~18:45
限定レッスン「英語deズンバ！」

2022 11/13 SUN

無料 会員限定 17:00~17:45

限定レッスン「からだゆるみストレッチ」

5th Anniversary Campaign
10.1~11.30
期間中
ご入会の方
限定特典

入会金
事務手数料

0円+

初月利用料

0円+

さらに/
抽選で1名様に
月刊「Jカゴシマ」
無料購読(1年間)が
当たるチャンス!

年払い会員なら月額会員より **2ヶ月分お得!** (1年間の契約で)
おトクな年払い会員がおすすめ! **82,500円** (税込)

スタジオ アウトドアプログラム ジム スパ(温泉) アウトドアガーデン オールタイム使い放題!

◎月額会員料金

レギュラー会員 月額 **8,250円** (税込) オールタイム使い放題!

スタジオ アウトドアプログラム ジム スパ(温泉) アウトドアガーデン

プラチナ会員 ※満60歳以上 月額 **6,600円** (税込) オールタイム使い放題!

スタジオ アウトドアプログラム ジム スパ(温泉) アウトドアガーデン

平日会員 月額 **7,700円** (税込) 平日のみ使い放題!

スタジオ アウトドアプログラム ジム スパ(温泉) アウトドアガーデン

休日会員 月額 **7,700円** (税込) 土日、祝日のみ使い放題!

スタジオ アウトドアプログラム ジム スパ(温泉) アウトドアガーデン

まずはビジターでプログラムを体験! 1回利用
体験利用料金 **1,100円** (税込)
体験利用からのご入会で体験料金は無料に!

OPTION
パーソナルトレーニング
専任のパーソナルトレーナーが、お客様の目的に応じた1対1の個別指導トレーニングを行っています。
1回チケット **3,300円** 8回チケット **22,000円**

※月会費はご入会日に合わせて、日割り計算(3分割制)を適用いたします。※平日・休日会員はビジター料金で契約時間外のプログラムに参加可能です。※18歳未満の方は、月額会員をご利用になれません。※このチラシの金額はすべて税込み表示となっております。

WellBeClubでできること。



STUDIO ヨガ・ピラティス・コアワーク・コンディショニングプログラムで、本来わたしたちがもつ機能的な身体へ。

- ▼ヨガ
 - ASAヨガ ●リラックスフローヨガ ●骨盤調整ヨガ ●ゆったりヨガ ●アロマリラックスヨガ ●ストレッチヨガ
 - ちよとやさしいヨガ ●バクティ-フローヨガ ●スローヨガ ●ハタヨガ
- ▼ピラティス
 - 美ボディメイクピラティス ●機能改善ピラティス ●ピラティスベーシック ●ファンクショナルピラティス ●クラシカルピラティス
- ▼WORK OUT
 - オールアウト ●ピギナートレーニング ●パワーシェイプ ●お腹シェイプ ●ファットバーン ●ボードトレーニング ●マーシャルシェイプ ●リズムシェイプ ●スロー-美クス
- ▼ストレッチピギナー
 - ストレッチ&ストレッチボール ●アロマストレッチ ●カラダほぐし ●マインドストレッチ ●ウェル美ストレッチ ●リセットストレッチ
- ▼OTHER
 - 美姿勢Walk~ナナトレ ●ストレッチ-フラ



身体が喜ぶ疲労回復ヨガ

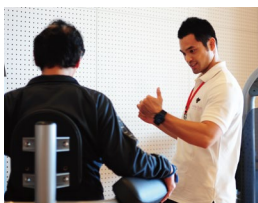
【第1・3土曜日/19:15~20:30】
基本となる身体の使い方を考慮したプログラムです。「身体が硬い」ところがスタートなので、柔らかくなっていく過程と自身の気づきを大切にしています。前半45分は準備運動のセルフケアを行い、後半30分は柔軟性を高めるコツをお伝えします。初心者はもちろん、全体の知識も踏まえ、怪我をされている方も大歓迎のクラスです。

夜ヨガ~質の高い睡眠に向けて~

【第2・4火曜日/19:00~20:15】
心身の凝り、疲れを解消するためのポーズを取り入れ、副交感神経を優位にさせることで、巡りを良くし、質の高い睡眠へ導きます。特に股関節・肩甲骨周りと日常生活の中で凝り固まる部位のほぐしを十分に行います。すっきりとした朝を迎えることができ、人が本来持つ健康的なサイクルを取り戻すプログラムです。

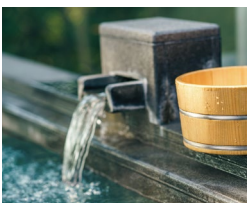
FRIDAY Night Pilates

【毎週金曜日/19:00~20:15】
フロースタイルのピラティスと、ダイナミックストレッチを組み合わせて、1日の身体の歪みを整え、蓄積されたストレスや疲れをスッキリ発散させます。身体をしっかりと動かすことによって、アクティブリラックスを行い、心も身体もリフレッシュできます。週の締めくくりにぴったりのプログラムです。



GYM マシンを用いて体質改善や筋力アップをめざし健康寿命の延伸をめざします。

▼TRX
TRXという特殊なサスペンション器具を使用して全身のトレーニングを行っています。この器具の特徴は主に自分の体重を負荷として利用するため、ダンベルのような重たい重りを持つことなく、全身の筋肉を効率よく刺激することができます。また、シェイプアップはもちろんカラダの柔軟性やバランス力を向上させることができます。



SPA 毎日が湯治。源泉かけ流しの天然温泉で、1日の疲れを癒し、心と身体をリセット。

古来より「湯治」としてわたしたちの生活にあった温泉。湯治とは温泉に入ると病気を治癒することであり、免疫力を高める効果も期待されています。源泉かけ流しの天然温泉であるSPAは肌美人仕上げの湯とも呼ばれる泉質で、湯あがりの肌は、しっとり・サラサラになると好評いただいております。
日帰り温泉のご利用可能!! **500円** (税込)
温泉施設・ラン&ウォーキングコースのご利用OK!

OUTDOOR



緑豊かなアウトドアガーデンは身近な自然。ウォーク&ランで解放感や自然の豊かさを享受できます。

▼アウトドアプログラム

- ノルディックウォーキング ●ガーデンヨガ
 - おとなのラジオ体操 ●星空ストレッチ(夏季限定)
- 天然芝の上でのガーデンヨガ、ノルディックウォーキング、ランニングを中心としたアウトドアフィットネスを展開。クッション性の高い人工芝を採用し、足への負担が軽減。あなたにもウォーキングやランニングを楽しんでいただけます。おとなのラジオ体操、星空ストレッチなどの人気プログラムもぜひ体験ください。

1 ウェルビークラブならではのうれしい会員様特典

2 イベント先行予約
ウェルビークラブ開催のイベントを先行予約できます。

3 会員価格でイベント参加可能
会員様限定の割引価格で、お得にイベントへ参加できます。

4 多目的貸しホール割引
併設の多目的貸しホールをお得にご利用できます。

5 来館ポイント制度
ご来館することでポイントが貯まり、商品や有料サービスと交換できます。

詳しくはウェブサイトをご覧ください。
ウェルビークラブ



WellBe Club
Yoga / Gym / SPA

ウェルビークラブ <https://wellbeclub.com>
0995-65-2020
〒899-5421 鹿児島県始良市東餅田1181 info@wellbeclub.com
【受付時間】平日 10:00~22:00
土曜 9:00~21:00
日・祝 9:00~19:00
【休館日】木曜



【電車をご利用の場合】日豊本線「帖佐駅」より徒歩10分
【お車をご利用の場合】始良ICより車で14分
日豊本線「鹿児島島駅」より車で25分

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う対応について
ウェルビークラブでは、新型コロナウイルス感染症の現状を踏まえて、会員のみならずの安全を最優先に考え、安心してご来店いただけますよう館内の衛生管理を徹底しています。

- 適切な距離を確保しています。
- 手指の消毒にご協力ください。
- 館内の除菌を徹底しています。
- 館内の換気を行っています。
- マスク着用を実施しています。
- こまめな手洗いを実施しています。