

# いまこそ運動を つづけよう



国内900店舗達成



エニタイムフィットネス 三宮旭通店

**24時間年中無休!** どんなに忙しくても大丈夫。  
24hours OPEN! Open EVERYDAY!

**ナットクの月会費**  
Great Value for Money!

月額 **¥8,138** 税抜価格¥7,399  
消費税額等¥739

ナットクできるかお店でご確認ください!

国内はもちろん、  
世界中の全店舗を利用可能!  
Use Any gym, you want!

キャンペーン期間  
**9/30**  
まで

// Special offer 残暑は運動で乗り切ろう!

## 秋バテ解消キャンペーン!!

入会翌月(10月)の月会費が

通常1ヶ月

~~¥8,138~~

(税抜価格 ¥7,399 / 消費税額等 ¥739)

驚きの

**¥980**

税抜価格¥891/消費税等¥89

のところ

※セキュリティキー発行手数料 ¥5,500(税抜価格 ¥5,000/消費税等 ¥500)を別途申し受けます。

※入会月の月会費は日割り計算なので無駄がありません。

※退会時の違約金・いわゆる在籍縛りはありませんのでご安心ください。

**24時間年中無休**

24HOURS OPEN! OPEN EVERYDAY!

**ナットクの月会費**

GREAT VALUE FOR MONEY!

**マシンジム特化型**

MACHINE-FOCUSED GYM!

**世界全店利用可能**

USE ANY GYM YOU WANT!

まずはお電話

# 078-200-5701

受付時間

10:00~19:00

※施設見学は受付時間内いつでも受付けております。より確実なご案内をご希望の方は、事前予約(電話/WEB)をご利用ください。



エニタイムはスペシャルオリンピックス日本を応援しています!

## 感染症予防対策について

エニタイムフィットネスでは会員のみならず、ならびにスタッフの健康と安全を最優先に考え、感染症の拡大防止に努めてまいります。

感染拡大を防ぐための取り組み・ご利用のルールは随時ホームページにてお知らせいたします。

※24時間営業の形態上、利用マナーを遵守して頂く必要があります。  
入会を検討されている方は、必ず右のQRコードから利用のルールをご確認ください。

みなさまのご理解ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



## 換気の徹底



エニタイムフィットネスでは1時間に約2回、店舗内の空気が完全に入れ替わるスペックを基準に店舗設計を行っております。あわせてスタッフアウェアは、スタッフによる定期的換気も徹底して行っております。

## 清掃・消毒の徹底



施設内の清掃やトレーニングマシン・器具の衛生管理は、アルコールなどによる消毒を徹底して行っております。ご利用直後のマシン等の消毒については、会員のみならずご協力もお願いしております。

## 24時間年中無休

OPEN 24 HOURS! ALWAYS OPEN!

エニタイムフィットネスは、どんなライフスタイルの人にもぴったりです。会員になれば、昼夜関係なく、好きな時に好きなだけトレーニングすることが可能なんです。365日、24時間、年中無休なのでいつでも利用できます。あなたのペースであなたらしく!

※店舗の営業により一時的に営業が中止される場合があります。

## ナットクの月会費

GREAT VALUE FOR MONEY!

月額 **¥8,138** (税抜価格 ¥7,399 / 消費税額等 ¥739)

月会費が高い、安いという単純比較ではなく、その月会費にナットクし満足いただけることを心がけています。安全で快適な施設とジムスタッフによるサポートなど、月会費以上の価値を感じていただけるはずです。

## マシンジム特化型

MACHINE-FOCUSED GYM!

マシントレーニングの楽しさは、重さや回数などのコンディションの変化を実感できること、効果を実感できる楽しさこそが継続のポイントです。残念ながらプールやスタジオはありませんが、充実のマシンジムを是非お試しください。

※マシンジム特化型ですが、シャワー室完備ですから安心してください。

## 世界全店利用可能

USE ANY GYM YOU WANT!

エニタイムフィットネスは、国内の全店舗はもちろん、世界中の店舗をご利用いただけます。家の近くでも、職場の近くでも、遠い出張先でもエニタイムOK!

※ご利用開始日より31日経過してからとなります(特別な手続きや追加料金は原則不要)

※海外店舗は一部ルールが異なりますので、各国の店舗に直接お問い合わせください。

## Club info.

### 秋バテ解消には運動が効果的!



## 秋

ハテ(残暑ハテ)って皆さんはご存知でしょうか?秋ハテとは、夏が終わる8月末から秋本番の10月頃にかけて、残暑が原因で起こる体調不良のことです。

そして秋ハテの大きな原因のひとつが、冷房の効いた室内と暑い屋外の気温差による自律神経の乱れと言われています。

その自律神経には交感神経と副交感神経があり、温度差に対応する交感神経ばかりが活発になるとエネルギーの消費が増加し、だるさや疲れを感じ、体調を崩す原因になるとのこと。

そして自律神経の乱れによる秋ハテの防止や解消には、水分補給や栄養価の高い食事、十分な睡眠、エアコンの温度調整、適度な運動が効果的とされています。

中でも適度な運動には、心臓から勢よく血液を送り出し、幸福物質と呼ばれるセロトニンや気分を高揚させるドーパミンを始めとした神経伝達物質を活性化させることで精神の安定を図り、自律神経のバランスを整える効果があります。また、汗をかくことで汗腺の働きも正常になります。その結果、気温の変化にも対応でき、残暑に負けない強い体になるのです。

運動によってエネルギーを使うことで食欲促進や睡眠の質のアップも期待できます!

最近ちょっとハテ気味というそこのアナタ!

この機会に最新のマシンが揃った快適な環境で、残暑に負けないカラダづくり始めてみませんか?

参考:[https://www.jstage.jst.go.jp/article/jalliedhealthsci/8/1/8\\_44/pdf/-char/ja](https://www.jstage.jst.go.jp/article/jalliedhealthsci/8/1/8_44/pdf/-char/ja)

大阪人間科学大学 人間科学部 理学療法学科/運動後の自律神経活動と心理的効果

※エニタイムフィットネスではFIA(Fitness Industry Association of Japan)の定める業界ガイドラインを遵守し、換気や消毒の徹底などの対策により感染拡大防止に努めております。

### ●入会手続きの際にご用意頂くもの

- ・ご本人確認証明書 (免許証、保険証、パスポート、外国人の方は在留カード)
- ・会費引落口座のキャッシュカード (ご本人名義もしくは同姓の配偶者名義に限る)

### ●会費引落について

当店で指定の口座から毎月27日に当月分月会費を引き落としさせていただきます。

なお、初回費用(セキュリティキー発行手数料、初月日割料金、翌月月会費)は、現金またはクレジットカード(VISA, Master, AMEX, JCB 他)でのお支払とさせていただきます。

### ●営業システムのご案内

(18歳未満の方はご入会頂けません。)

営業時間: 24時間年中無休/月会費: 8,138円(税抜価格 ¥7,399、消費税額等 ¥739) / 駐輪場、シャワー室、タンニングルーム、冷水機完備/施設付属の駐車場はございません。近隣のコインパーキングをご利用願います/パーソナルトレーニングは有料となります。

エニタイムフィットネス 三宮旭通店

TEL: **078-200-5701**

**10:00~19:00**



兵庫県神戸市中央区旭通1丁目1-1 サンピア1F  
JR神戸線『三ノ宮』駅 徒歩8分



ANYTIME FITNESS.

ヘルシアプレイスをすべての人々へ!

<WEB入会・見学予約 お問い合わせ>

[www.anytimefitness.co.jp](http://www.anytimefitness.co.jp)

エニタイムフィットネス 三宮旭通店

