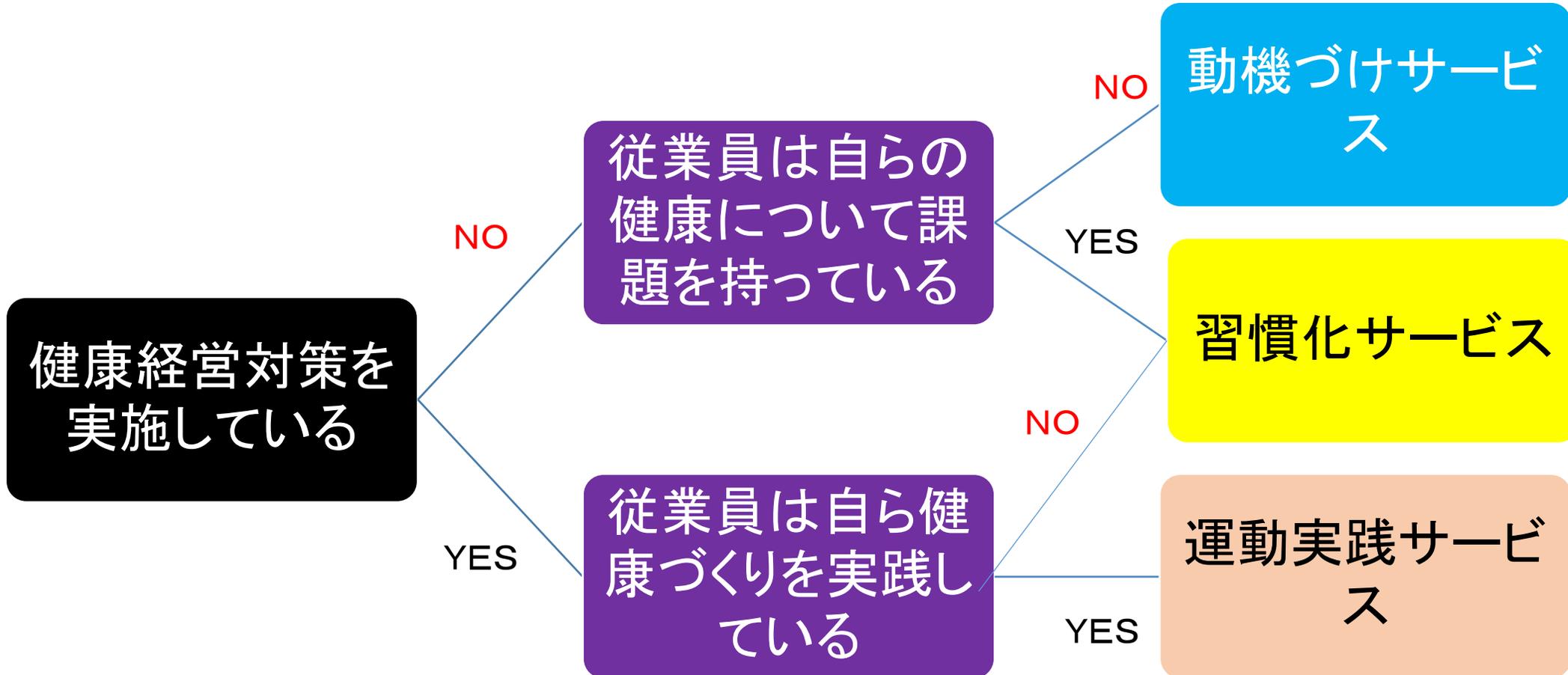


# 健康経営支援サービス



企業の健康を応援する  
**ウェルネスデザイン**

# 健康経営システム活用について



# 動機づけステージサービス

◎主なサービスMENU

★健康度測定会

★健康イベント

★健康セミナー&体験会



# 健康イベント & 健康セミナー



商品名	時間	料金(税別)
1日イベント (健康度測定会、健康セミナー、体験会等)	終日 (6時間)	120,000円～
健康度測定会 (体組成、ストレス度、血管年齢、ロコモ度測定等)	終日 (6時間)	60,000円～
セミナー(講義) ワークショップ(実技)	50分～	20,000円～

# 健康度測定会

健康習慣の継続には現状を知ることから始まります。

おすすめ測定会！



AIによる姿勢診断 1人5分で完了！

測定項目	料金(1日利用)
体成分測定	60,000円～
姿勢測定会	60,000円～
血管年齢測定	60,000円～
ロコモ度測定	60,000円～
ストレス度測定	60,000円～

\* 測定項目、実施日時、料金、内容等ご都合に合わせてご提案いたします。ご遠慮なくお申し付け下さい。

# 習慣化ステージサービス

◎習慣化ステージMENU

★オンライン指導プログラム

- ・姿勢改善
- ・腰痛、肩こり、ひざ痛改善
- ・ダイエットエクササイズ
- ・筋力アップエクササイズ



# オンライン指導プログラム

## スマホ・タブレットで日常の運動習慣を！



★スマホ・タブレットを使ってオンラインでの運動支援します！

★お一人からグループ、チームでの運用が可能です！



## ☆オンライン指導の3つの特長

健康で、活力ある職場の実現

### 1. とにかく簡単！ ☆

ZOOMを活用したオンライン指導ですので、場所や時間をとらず利用していただけます。

### 2. 社員の頑張りが「見える化」できます。

オンラインでグループ、チームで活用できますので、個人の頑張りが職場の頑張りに反映されます。

### 3. トレーナーからのアドバイス

トレーナーから個別に、職場に直接アドバイスが届きます。

### 4. 福利厚生として経費でご利用いただけます。

# オンライン指導



商品	商品特長	料金 (税別)
オンライン パーソナルトレーニング	オンラインで個人の目的に合わせて運動指導、食事指導、他カウンセリングを行います。	1名 3,300円/回 1回60分
オンライン グループトレーニング	オンラインで2名以上で始業前、お昼休み、終業時など小グループでのエクササイズを行います。	2名～5名 1名 2,970円/回 6名～10名 1名 2,640円/回
オンライン オフィストレーニング	オンラインで朝礼など職場全体で運動を行えるようにエクササイズを提供します。	応相談 朝礼フィットネス オフィススクール

\* 実施条件(時間、料金、契約期間、など)については、ご要望に応じて個別に対応させていただきます、

# 運動実践ステージ

## ◎運動実践ステージMENU

★出張朝礼フィットネス

★出張オフィススクール

★パーソナルトレーニング

★法人利用サービス

パーソナルトレーニングスタジ

オUnleash(アンリーシュ)

法人会員



# 実践ステージ 運動の実践と効果の体感



商品	商品特長	料金 (税別)
出張 朝礼フィットネス	朝礼、休憩、会議の合間に、専門トレーナーが出張し、誰でも簡単にできる運動を提供します。	8,000円~/回 1回15分~
出張 オフィススクール	事業所の会議室などを活用して、始業前、終業後に、専門インストラクターが、ヨガ、ピラティスなど人気プログラムを提供します	50,000円~/月 1回60分~
パーソナルトレーニング	プロトレーナーが出張、オンラインで、ボディーメイク、ゴルフパフォーマンスアップなど、個別の目的に合わせて個人指導します。	法人契約にて応 相談

\* 実施条件(時間、料金、契約期間、など)については、ご要望に応じて個別に対応させていただきます、

# パーソナルトレーニングスタジオUnleash(アンリーシュ) 法人会員ご契約プラン

福利厚生施設としてご活用下さい。

会員種別	登録料	会費	利用施設	利用内容
法人会員	11,000円	3か月 165,000円 6か月 330,000円 1年 660,000円 * パーソナルトレーニング 1回 4,400円	トレーニングジム コンディショニングエリア ラウンジスペース (ロッカー3台、シャワー有)	事前に予約専用サイトから 利用時間を予約します。 * パーソナルトレーニングがご希望 の場合、別途ご予約下さい。

\* 金額はすべて税込

\* 時間をご予約いただき、施設のフリー使用が可能です。\* パーソナルトレーニングは別途料金がかかります。



# 詳しくはご連絡下さい。



◎ウエルネスデザイン

パーソナルトレーニングスタジオUnleash

〒700-0824

岡山市北区内山下2丁目1-12 西村ビル1階

電話 086-230-1141

FAX 086-899-8695

◎担当者：南湊 憲生

★資格

- ・健康運動指導士
- ・加圧トレーニングインストラクター
- ・ゴルフコンディショニングアドバンストレーナー
- ・健康経営アドバイザー