

フィットネス スタジオ ジョイの 健康・体力づくり講座

2025年度受講生募集中！！

貴方の体と心に栄養補給できる講座がいっぱい揃っています。
運動の安全・安心・楽しいを合言葉に健康・体力づくりプログラムを提供します。

Staff

豊富な知識と経験、定評ある指導力で初心者から経験者まで健康づくりを全力でサポートします。



フィットネススタジオ ジョイ主宰

原崎 千鶴子

【プロフィール】

アメリカスポーツ医学会認定エクササイズフィジオロジスト、健康運動指導士、健康運動実践指導者
Jafa 認定 ADI・REI・WEI・SEI・GFI エグザミネーター（テスト試験官）
健康福祉運動指導者、がんサバイバーシップグループエクササイズインストラクター、FTP 認定ピラティスインストラクターなど



フィットネススタジオ ジョイ所属

佐々木 則子

健康運動指導士、Jafa 認定 ADI・REI・SEI・AQI、BESJ ピラティス、FRP ピラティスマスタートレーナー、PFA ヨガアドバンスコーチ
ADIDAS ファンクショナルトレーニングトレーナー



フィットネススタジオ ジョイ所属

杉野 朱美

Jafa 認定 ADI、ZUMBA インストラクター
日本スポーツ協会スポーツリーダー

料金システム(消費税込み)

3ヶ月コース

入会金無料

8～12回

12,000円

18,000円

※日程は申込み時にお知らせ致します。
※講座申込み人数が5名に満たない場合、開講しない場合がございます。
※講座を休んだ時は、その期(3か月)内に他の講座へ振替受講ができます。

お一人で2講座受講の場合は受講料を **10%OFF!**

3講座以上の受講は **20%OFF!**

2025年4月～2026年3月受講生募集中！

※受付は随時致しております。途中からの参加もOK！

春
夏
秋
冬

4月生募集

4月1日

～

6月30日

7月生募集

7月1日

～

9月30日

10月生募集

10月1日

～

12月31日

1月生募集

1月5日

～

3月31日

大好評！

原崎千鶴子の パーソナルレッスン

■こんな方々にお勧め

- ① 曜日時間を自由に決められる
- ② 姿勢の改善方法を学びたい
- ③ 自分に合った自宅でのエクササイズを学びたい
- ④ 苦手な運動種目を克服したい
- ⑤ 生活の質の向上を目指したい

※1回 / 4,000円 (60分間)

お電話で相談を受け付けます。0138-53-0513

■ビジター料金：2,500円 (1回)■

■レッスンの服装と必要なもの

動きやすい服装
フィットネスシューズ (クラスの内容によります)
など中履き
水分補給の水など
汗拭き用のタオルなど

— スタジオのご案内 —



施設：音響一式・床はフローリング、
前面、片側側面に鏡あり。
シャワー、ロッカールーム
冷暖房・休憩室完備。
駐車場10台。

FITNESS STUDIO
JOY
フィットネススタジオ ジョイ



函館保健所・
夜間急病センターとなり

函館市五稜郭町 22-16

FAX 0138-53-0549

E-mail: fit-joy@ms3.ncv.ne.jp

HP: https://joy-fit.com/

お申込み・お問い合わせ

0138-53-0513

随時お申込み受け付け中！
途中からの参加も可能です！！