

何から始めて
良いか
分からない。



これから運動を
始めたい！



そんな方におすすめの、ポイント制のトレーニング！

マイペースプラン

忙しくて
決められた日に
来館するのは
難しい…。



初回の健康度評価受検後、あなたに合わせた運動を専門の指導員がサポートいたします。初回到16ポイントをプレゼント！2ヶ月間でヘルスアップコース(ヨガやエアロビ、太極拳等お好きなコースが選べます)とアスレチックルームをポイントでお使いいただけます。

全16ポイント中

1 ポイント使用

アスレチックルームで
トレーニング



2 ポイント使用

ヘルスアップコースで
楽しくトレーニング



教室日程

初回に、健康度評価、結果説明、運動指導をご案内しています。

- 料金 15,910円(健康度評価料金込)
- 初回の教室は9:00~15:30となります。その後は、当施設の開館時間内で自由に利用できます。

あいち健康プラザ

あいち健康の森健康科学総合センター指定管理者 公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団(愛知県所管課 愛知県保健医療局健康医療部健康対策課)

〒470-2101 愛知県知多郡東浦町大字森岡字源吾山1番地の1

ご予約・お問い合わせは ☎ 0562-82-0222 (ダイヤルイン)

<http://www.ahv.pref.aichi.jp/>

あいち健康プラザ

検索

■交通のご案内 ●JR名古屋駅から東海道本線「大府」駅まで16分、JR「大府」駅西口から知多バスで12分「あいち健康プラザ」下車

●駐車場の混雑が予想されますので、公共交通機関をご利用ください。

