

# 身体のお悩みを抱えている全ての方をサポートするトレーニングスタジオ

**随時 無料体験会実施**

機能回復ジム

## メディカルアート

あなたに合わせた **セミパーソナルトレーニング**

メディカルアートのトレーニングでは、プロ野球4球団にも採用されている次世代型トレーニングマシンを採用。アスリート専用施設だけではなく、健康増進やリハビリでも使用されているマシンを用い、脳から筋肉にいたる運動指令のメカニズムを正常化させ、皆様のお身体の悩みを個別に解決することを目指しています。

ホームページ



カラダ  
うごく

カラダ  
のびる

カラダ  
変わる

### こんな方におすすめします

**フィットネスクラブでは  
運動が続かない人**

「きつい」「つらい」「筋肉痛が出る」トレーニングは「ボディービル思考」以外の人は続きません。

お手軽で効果的なトレーニングだから続きます

**姿勢を改善したい人**

現代人は、どうしても猫背になりやすいですが、間違った運動は姿勢を悪化させます。

メディカルアートのマシンは**姿勢改善に最適な設計**です

**肩こり・膝痛・腰痛の  
予防をしたい人**

医師から運動不足などと指摘された後、どのように運動すれば良いか分からない人が大勢います。

運動指導経験豊富なスタッフが貴方のお悩みを解決します

**血圧・血糖値が  
気になる人**

重りを挙げるトレーニングや、速く走ったり漕いだりする運動は、リスクが高くなる場合があります。

身体への負担は少なく効果が高いトレーニングを提供します

**脳梗塞退院後の  
ポストリハビリテーション**

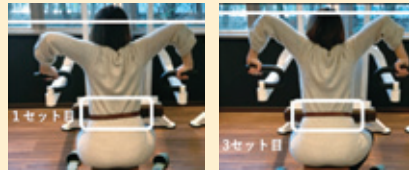
退院後、通常のフィットネスクラブでは、ほとんどトレーニングができません。

車いす対応の運動マシンも多数取り揃えています

### CASE1 30代 女性

首コリと頭痛に悩まされていた女性

上半身の歪みだけではなく  
実は骨盤にも  
歪みがありました。



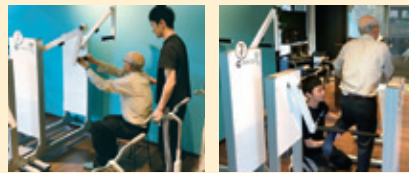
誤った動きのクセを見抜き  
正しい動きを身につけることで  
歪みを改善していきます。

マッサージだけではアプローチできない「**運動**」での改善が可能です

### CASE2 80代 男性

脳梗塞後、7年目の男性

動きにくい部位を  
無理やり動かす  
トレーニングはしません。



動かしやすい部位を動かすことで  
徐々に動きにくい部位が  
動きやすくなるようにします。

脳科学に基づいたマシン設計と運動指導の提供をしています

マシンの紹介(一部)

#### リセットバイク



通常のエアロバイクとは全く異なるコンセプトで開発した全身のコンディションを整えるバイクです。

#### ディップス



下に押すのではなく、上に引き上げる動きをマシンが導くことで、肩甲骨や肩の動きを軽やかにします。

#### インナーサイ



骨盤や腰の骨の位置を整えながら内ももを伸ばすことにより、腰周りの筋肉や筋膜の緊張をほくします。

#### チェストスプレッド



固まりやすい胸の筋肉を伸ばし、背骨を整えることで猫背を改善します。

## トレーニング体験 & 入会キャンペーン

トレーニング体験  
カウンセリング付き

通常 5,000円 → **0円**

今なら  
体験当日入会で

入会金 10,000円 → **0円**

#### 月会費 (税抜)

園部本店	9,800円
亀岡プチジム	7,800円
学生会員*	7,800円

\*20歳未満の方が対象です。  
また、ご家族の承諾が必要となります。

### メディカルアート 園部本店

南丹市園部町美園町6号10  
営業時間/平日 9:00~12:00  
15:00~21:00  
土・日・祝 9:00~18:00  
定休日/水曜日



TEL.0771-60-6973



### メディカルアート 亀岡プチジム

亀岡市河原町126  
営業時間/平日 9:00~12:00 ・ 15:00~21:00  
土 9:00~12:00 水 15:00~21:00  
定休日/水曜午前・土曜午後・日曜・祝日



TEL.0771-20-8769

随時  
見学・体験  
承ります

入会後は予約なしでいつでも、何回でもご利用できます



宗旨・宗派は問いません

1聖地15万円より

特別限定区画 **9万円**

1聖地セット  
(90cm×90cm)

墓地使用料  
9万円

巻石・石碑セット  
50万円(+税)



墓じまいの相談も  
承ります

# かみはらの里 亀山霊苑

〈所在地〉

亀岡市東別院町神原大原16-2

## 永代供養

樹木葬／もみじ

- ▶ お墓の跡継ぎが心配
- ▶ 管理料不要
- ▶ 春・秋彼岸、お盆に供養

お墓がずっと残る **個人墓 50万円**



個人墓はいらない **合祀墓 8万円**



JR亀岡駅・高槻駅／阪急茨木市駅より  
**無料墓参バス運行中**



お気軽に  
ご相談ください! ☎ **0120-80-5963**

**お墓の相談会**  
8月1日(木)・2日(金)  
アルプラザ亀岡  
にて

