



南浦和
理学療法士常駐
シニア・初心者も安心



今までになかった、
綺麗で落ち着いた空間の
隠れ家的フィットネス



リラックス



ボディケア



体組成計



有酸素運動



健康増進、エイジングケア、運動不足解消

～このようなことでお困りではありませんか～

「暑くて散歩ができず困っている」 「無人や大型のジムは行きづらい」
「キレイで落ち着いた空間で運動したい」 「運動の方法が分からない」
「未経験・運動が苦手な心配」 「怪我や持病があり、運動に不安がある」

TERRACE

テラス フィットネス

安心・安全・快適フィットネス

国家資格スタッフ

国家資格の理学療法士常駐で、未経験、運動が苦手な方、持病やお怪我等をお持ちの方も安心！個々に合わせた運動方法をご提案します。

エリア初のトレーニング機器

トレーニング機器は安全性が高く、操作は簡単！体力の高い方から低い方まで安全かつ効果的な運動が可能です。

清潔・快適、隠れ家的フィットネス

清潔感のある快適なトレーニング環境を整えております。人目の気にならない心地よい空間で長く通えるフィットネスクラブに出会えます！



お客様の声

60歳台男性

運動に取り組むのは初めてで不安でしたが、身体に合った運動を提案してくれるので、無理なく継続できます。

80歳台女性

持病があり、運動に不安がりましたが、専門的な指導があるので安心して運動することができます。

50歳台女性

予約不要で通い放題、また施設は綺麗で快適なので、大手のジムよりも気軽かつ、リーズナブルに通えます。

料金

1回：¥1,000-

登録料：¥300-（初回のみ）

※ご利用には室内履きが必要となります

※オプション

レンタルシューズ：¥300-

レンタルロッカー：¥500-/6ヶ月

※お支払い方法：現金、クレジットカード、各種電子マネー、各種QRコード決済

お問い合わせ

TEL：048-799-3755

予約不要、見学OK

お気軽にお越し下さいませ

営業時間：9：00～17：00

営業日：土曜日のみ

埼玉県さいたま市南区南浦和3-9-22
コンドリアB1F

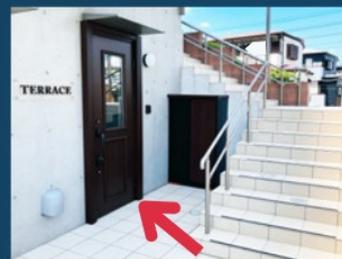


駐車場・駐輪場完備
JR南浦和駅より、徒歩9分
南浦和二丁目バス停、徒歩2分

施設入り口ご案内



駐輪場の奥へ



TERRACE
FITNESS

<https://terrace-fit.com>