

身体に悩みを抱えるすべての方へ

# 痛みや不調を改善したい

# 身体を引き締めたい

# 疲れにくい身体になりたい

# 毎日をポジティブに過ごしたい

# ゴルフスコアを伸ばしたい

# パフォーマンスを上げたい

身体をより良い状態にメンテナンスする——

# 人生をより良く過ごすための コンディショニングジム



アンデルトジム 渋谷道玄坂通

2023.9.5 **GRAND OPEN!**

期間限定

[10月末まで]

## オープンキャンペーン

定量・定性的にあなたの身体を測定、一人ひとりに合わせた処方をご提案します。

初回体験

通常 **8,800円**

完全  
予約制

90分

**2,000円** (税込)

- 1 3Dボディスキャナーで身体を数値化
- 2 体組成計で内部の筋肉量などを可視化
- 3 トレーナーによる柔軟性や筋力チェック
- 4 測定結果に基づいた運動指導



3Dボディスキャナー

最上位機種での体組成計

最新機器で身体を  
詳しく測定!

無理な勧誘など一切なし  
お気軽にご体験ください

ANDEL  
CONDITIONING CENTER

ご予約

Tel. 03-6416-4405

アンデルトジム 渋谷道玄坂通

歯科医院・カフェ併設

東京都渋谷区道玄坂2-25-12道玄坂通2F  
OPEN 8:00-22:00 CLOSED / 不定休

アンデルトジム 検索



「痩せる」「引き締める」「鍛える」だけじゃない  
最先端のコンディショニング\*理論に基づくトレーニング

\*最高の能力を発揮出来るように、精神面・肉体面・健康面などからより良い状態に整えること。

自分自身の体を  
測る・知る

身体の状態を  
整える

身体の機能を  
鍛える

精度の高いアセスメント(評価)

身体の姿勢や体型・バランス/  
体脂肪量・筋肉量/筋力・柔軟性/動きやすさ

身体の状態を整える

筋膜リリース/ストレッチ/エクササイズ/  
動きの改善/怪我をしにくい身体づくり

目的に合わせたトレーニング

筋力/パワー/持久力/  
瞬発力/バランス/全身持久力

初回体験できます!

最先端の3Dボディスキャナーと  
高スペック体組成計で身体を数値化

瞬時に身体サイズを計測できる3Dボディスキャナー「SYMBOL」を導入。身体の姿勢やバランスを瞬時に数値化。脂肪量や体組成計と合わせて、あなた自身の身体を外側と内側から正しく計測できます。



歯科医院・カフェ併設

姿勢やパフォーマンスに影響する噛み合わせや、口腔環境の改善、マウスガードの作成などを行う、歯科医院が併設。カフェでは栄養素をとれるプロテインスムージーやドリンクなどを提供。トータルで健康をサポートいたします。

数々のアスリートを支援してきたトレーナーが監修



コンディショニング理論のバイオニア

監修 山本 利春 氏

国際武道大学体育学部 大学院教授  
同大学健康管理センター長/医学博士  
日本オリンピック委員会  
強化スタッフ(医科学スタッフ)

STAFF



アスレティックトレーナー 森本 真史

ジュニアアスリートや小学生~ご高齢の方まで幅広い年齢層への指導経験有り。運動が苦手な方でも楽しくできるようなプログラムをご提供します。



ストレンクス&  
コンディショニングトレーナー 山崎 英明

フィットネスクラブ、整骨院、スポーツ現場、専門学校講師など様々な場所での指導経験が豊富。「わかりやすい」「楽しい」「効果的」な指導でサポートします!



アスレティックトレーナー 塩原 由佳

スポーツ現場にて怪我後のリハビリや競技復帰までのサポートを中心に活動。鍛えるだけでなく、痛みを改善する、動かしやすい身体を作るためのトレーニング指導を得意としています。

PRICE

初回体験 90分 ¥8,800 ▶ ¥2,000

3Dボディスキャナーや体組成計による計測で  
ご自身の身体を詳しく知ることができます

測定

(非会員の方でも  
ご利用いただけます)

測定+説明のみ	3Dスキャナー ¥1,500 / 体組成計 ¥500 / 両方 ¥1,800
測定+身体機能評価+フィードバック	30分 ¥3,500
測定+身体機能評価+フィードバック+カウンセリング+運動処方	90分 ¥8,800

トレーニング

パーソナルトレーニング	90分 ¥15,400	ジム入会金	¥33,000
セミパーソナル使い放題	月額 ¥33,000	ウェルネスチケット	4 TIMES ¥66,000
設備のみのご利用	120分 ¥8,800		8 TIMES ¥121,000

プロテインドリンクや  
栄養指導が付帯した回数券