

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

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

ANDELTO
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

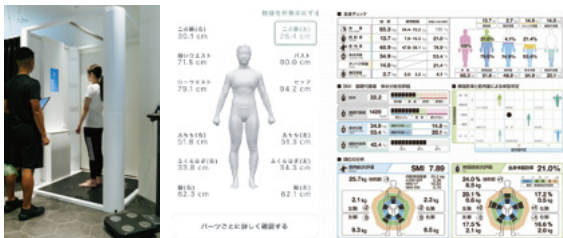
目的に合わせたトレーニング

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。



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)



S&C コーチ 太田 千尋 氏

2019年・2023年ラグビー日本代表
ストレングス&コンディショニング
(S & C) コーチ。

STAFF



ストレングス&
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。

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。

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

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
セミパーソナルトレーニング ... 120分 ¥8,800 ウェルネスチケット ... 4 TIMES ¥66,000
セミパーソナル使い放題 月額 ¥33,000 [プロテインドリンクや
栄養指導が付帯した回数券] 8 TIMES ¥121,000