



秋の健康応援 キャンペーン!! 10月31日(日)まで! お急ぎください!!

2ヶ月間の
月会費
+
入会金
+
事務手数料

すべてまとめて

0円

さらに!

2ヶ月間の
契約ロッカー、
水素水も

0円

※本キャンペーンの適用は、キャンペーン期間を含め、5ヶ月以上の継続が条件となります。



GYM
マシンジム

POOL
プール

充実した施設と多彩なプログラム!
ヘミングには全てが揃っています!

STUDIO
スタジオ

RELAXATION
ジャグジー

凸ったカラダと 凹んだココロを 取り戻す!!

ヘミング伏見では、お客様とスタッフの安全・安心を第一と考え、感染症対策に取り組んでいます。

- 館内マスク着用徹底 (更衣室内を含む)
 - 定期的に消毒、清掃の徹底
 - 距離を保ったご案内
 - 飛沫感染防止対策の徹底
 - 館内のあらゆるスペースにおける換気の徹底
 - 館内全エアコンに抗ウイルス・抗菌効果のあるフィルター取付 (NEOZONE®)
 - CO²濃度の定期測定の実施
 - その他、様々な感染症対策を実施しています。
- さらに詳しく(動画)



フィットネス&スパ
ヘミング伏見
ザ・サードプレイス(第3の快適空間)

0120-466-683
〒612-0022 京都市伏見区深草綿森町9 TEL.075-644-8686
<https://www.heming.co.jp/fushimi/>



【営業時間】
平日10:00~23:00
土曜10:00~21:00
日曜・祝日10:00~20:00

【休館日】
毎週火曜日・夏季休館・
年末年始・メンテナンス休館
他

※状況により営業時間等が変更になる場合がございます。
詳しくは店舗にお問い合わせください。





総合フィットネスクラブだからこその楽しさ満載で充実した設備とプログラム!!



最新スペックの マシンジム



■快適ストレッチエリア



■機能改善筋トレマシン



■最新の筋トレマシン



■最新の有酸素マシン



最新マシン続々登場!!
アクティブカラーでエネルギッシュな空間に!!
充実したマシンラインナップで効果も期待大!!

多彩なプログラムの スタジオ



ご自宅でも気軽にレッスンを!!

インスタグラムによる
LIVEレッスン配信中!! (一部プログラム)



豊富なプログラムで
飽きのこないアクティブフロア!!
最新の音響機器と光の演出で、気分も上がる!!

透明度抜群の プール



■はじめてスイム



■水中ウォーク



■アクア



■スイムレッスン



25m×6コース

まるで森の中にいるようなプール!!
木の温もりをたっぷり感じながら、
身体も心もリフレッシュ!!

極上の寛ぎ空間 リラクゼーション



■サウナ



■ジャグジー



■パウダールーム



■ラウンジ



大理石風呂

運動後は、極上の寛ぎ空間で、
自分だけの時間を堪能!!
入浴だけの利用でもお値打ちです!!

※感染症対策のため、一部ご利用を制限させていただいているゾーンがございます。ご了承ください。

入会後も安心!
3ヶ月間の無料サポート!

ヘミング ダイレクトサポート



◎サポート1

お客様を担当するスタッフが体組成測定&
カウンセリングを実施!!

◎サポート2

ご要望やライフスタイルに合わせて最適な
フィットネスプログラムをご提案!!

◎サポート3

ご入会から3ヶ月間、お客様を徹底的にサポ
ートいたします!!(無料)

サポートの流れ

1ヶ月目	第1週目	オリエンテーション	体組成測定とカウンセリングを実施し、 最適なフィットネスプログラムをご提案 します!
	第2 ~4週目	コミュニケーション サポート	積極的なコミュニケーションでお客様を 全力サポート。不安や疑問を解消します。
2ヶ月目	第1週目	カウンセリング	運動のペースや体の変化に合わせた2ヶ月目 のフィットネスプログラムを作成します!
	第2 ~4週目	コミュニケーション サポート	成果に結びつく専門的なアドバイスを 行ない運動の習慣化を応援します! 気になることがあれば担当スタッフに ご相談ください。
3ヶ月目	第1週目	カウンセリング	これまでのトレーニング状況を確認し、 目標達成に向けてより綿密なフィットネス プログラムを作成します。
	第2 ~4週目	コミュニケーション サポート	目標に向けた取り組みを楽しみながら 実践できるようにスタッフが全力で サポートいたします!
	第4週目	ボディチェック	運動の効果、取り組みの成果を担当 スタッフとチェック。次の3ヶ月間の運動 プランを考えます。

※写真はイメージです。

巣ごもり生活などで弱ったカラダを 集中的に回復させる!!それが… リカバリープログラム Re!

Re:カバ

多くのプロアスリートが愛用
HYPERVOLT!!

こんな方におすすめ!

首や肩のコリ、腰痛、
関節の痛み、姿勢の歪み、
むくみ、疲労が溜まりやすい方

マンツーマンでのストレッチ、そして
最新テクノロジー搭載の筋膜リ
リース機器「HYPERVOLT」による
強力な振動で、ひとの手では届か
ない筋肉の深層までアプローチ。身体
のコリや歪みを整えて、日常生活に
おける身体のトータルケア・回復
(Re:カバ)を行います。



Re:カバプログラム
(月4回 1回30分)

プール・スタジオレッスン受け放題
&全施設使い放題

レギュラー会員の場合 1ヶ月料金 18,900円 (税込 20,790円)

Re:ボディ

こんな方におすすめ!

ダイエット、身体の引き締め、
姿勢改善、リハビリ、
アンチエイジングに興味のある方

軽い負荷でも、短期間で高い運動効
果を生み出すことができる「血流制
限トレーニング(BFR)」を取り入れ、
専任トレーナーがあなたの理想の
からだに近づけるようサポート。身体
の特性に合わせたマシンの正しい使
い方などもお伝えし、価格以上の効
果を提供します!



Re:ボディプログラム
(月4回 1回30分)

プール・スタジオレッスン受け放題
&全施設使い放題

レギュラー会員の場合 1ヶ月料金 18,900円 (税込 20,790円)

Re:スイム

こんな方におすすめ!

水泳の基礎、応用を習得したい方、
フォーム改善、
スピードアップを目指す方

経験豊富なトレーナーによるマン
ツーマンレッスンで、泳ぎの上達は
もちろん、フォームの見直しなどの
基礎的なところにもアプローチし、
理想の泳ぎへと近づけます。一人
一人のレベルに合わせた指導で、お客
様の納得のいくところまで徹底して
サポートいたします。



Re:スイムプログラム
(月4回 1回30分)

プール・スタジオレッスン受け放題
&全施設使い放題

レギュラー会員の場合 1ヶ月料金 18,900円 (税込 20,790円)

※詳しくはお問い合わせください。※全て税抜き価格です。

スタンダードプラン	ご利用時間
レギュラー会員 9,300円/月 (税込10,230円/月)	全営業時間
平日会員 7,800円/月 (税込8,580円/月)	平日10:00~17:00
ホリデー会員 6,800円/月 (税込7,480円/月)	土曜日・日・祝 全営業時間
学生会員 6,800円/月 (税込7,480円/月)	全営業時間
ファミリー会員 2名で16,100円 (2名で税込17,710円) 3名で23,400円 (3名で税込25,740円)	全営業時間
スイミング保護者 プラス会員 5,000円/月 (税込5,500円/月)	全営業時間

[入会金10,000円 (税込11,000円)、事務手数料3,000円 (税込3,300円)]

10月31日(日)まで
お急ぎください!!

2ヶ月間の
月会費
+ 入会金
+ 事務手数料
0円

さらに!
2ヶ月間の
契約ロッカー、
水素水も
0円

○ご入会手続き時にご用意いただくもの

認印 金融機関
キャッシュカード ご本人確認
証明書※1
入会金※2 事務手数料※2 1ヶ月分の
月会費※2

(※1) 運転免許証等ご本人と確認できるものをお持ちください。
(※2) キャンペーン内容により金額が異なります。詳しくはお問い合わせ
ください。
※ U25会員の方は、運転免許証など年齢が確認できるものをご持参く
ださい。

※ネットバンクなど「ペイジー口座振替受付」
非対応の金融機関をご利用の方は届出印が
必要となる場合がございます。

【営業時間】
平日10:00~23:00
土曜10:00~21:00
日曜・祝日10:00~20:00

【休館日】
毎週火曜日・夏季休館・
年末年始・メンテナンス休館 他

※状況により営業時間等が変更に
なる場合がございます。詳しくは
店舗にお問い合わせください。



フィットネス&スパ
ヘミング伏見
0120-466-683
https://www.heming.co.jp/fushimi/



ヘミング伏見 | 検索



休館日 毎週火曜日・夏季・年末年始・メンテナンス休館 他

京阪龍谷大前深草駅から徒歩約1分!!