

# J-Fit (ジェイ - フィット) の概要

この度は、ジョイナステニスアカデミーにて、「J-Fit」という、クラスを開講することになりました。

テニスを気軽に楽しめて、

**1週間に何度でも受講できるクラス**を作りましたので、

**是非！ お気軽に！！** 受けてみてください！！

## ■J-Fit ① ベーシッククラス

内容：スローテンポでお手軽エクササイズ

対象：久しぶりに運動する方や軽めに運動したい方向け

## ■J-Fit ②：フラクティスクラス

内容：ハイテンポで本格エクササイズ

対象：沢山汗をかきたい人や、ストレス発散したい人向け

## ■スケジュール (J-Fitにご入会の方は、①,②の両方受け放題となります。)

	月	火	水	木	金
9:00~10:00	—	—	—	②	—
10:30~11:30	—	—	—	—	—
12:00~13:00	—	①	—	—	—
13:30~14:30	①	②	①	—	①

**レッスン受け放題クラス!!**

ジェイフィット J-Fit テニス&フィットネス

**J-Fit入会キャンペーン** (2014年3月まで)

- 1 レッスン料金 通常 月々9600円  
初回月額は **2,014円!!**
- 2 入会金 通常 5,000円  
→ **今なら0円**
- 3 新規入会(12月入会)の方にはスポーツタオル & 万歩計プレゼント!!

わがままでも、気軽に/楽しく/エクササイズ!

テニスの経験ゼロ なんだけど... 今から基礎を学ぶのは恥ずかしい

まわりは上手なばかり なんてしょ? なんてしょ?

そんなあなたに!

**テニスとフィットネスの融合 J-Fitがおすすめ!**

**J-Fit** って? 初心者でも簡単に打てるメルトンボール使用!!

テニスを気軽に楽しみながら、効率的に身体を動かすエクササイズです!

メルトンボールは、通常のボールより反発力を弱くしたボールです。