

スタート応援キャンペーン

LACTIVE

2024年5月31日(金)まで



超お得!

さらに!

入会金・事務手数料
会費1ヶ月分

スターターセット
プレゼント

5月31日(金)までのご入会で
最大19,250円
のところ ▶ **10,000円**
(税込)

先着15名様
プロテイン ラクティブボトル
ミズノ5本指ソックス(6,000円相当)

※他のキャンペーンとの併用は不可です。※月途中でのご入会は日割り料金が必要です。
※入会月を含む7ヶ月間のご在籍をお願いいたします。7ヶ月未満での退会の場合は解約金(割引料金)が発生いたします。
※諸事情により予告なく変更、中止となる場合がございます。

順天堂大学監修
マシンを使わない筋力アップスタジオ

★45分レッスン
★くつ不要

お申し込み時に
必要なもの

初期費用

上記10,000円+翌月分会費

※月途中で入会の場合は日割り料金が必要です。
※初期費用のお支払いは現金でお願いいたします。

取引先金融機関の口座情報
お届け印
またはTOPカード

ご本人と確認できる証明書
・運転免許証・保険証
※外国人の方は在籍カード



ラクティブ宮前店

神奈川県川崎市宮前区宮崎6-9 東急宮前平
ショッピングパーク内B-1棟
東急田園都市線「宮前平」駅より徒歩8分
TEL.044-982-1094



ラクティブあざみ野店

神奈川県横浜市青葉区あざみ野1-24-2
東急田園都市線「あざみ野」駅より徒歩6分
TEL.045-532-3109



ラクティブ青葉台店

横浜市青葉区青葉台1-24-1
東急田園都市線「青葉台」駅より徒歩7分
TEL.045-988-7109

東急イーライフデザイン

ラクティブプログラムのご紹介

ステップ&ワーク
運動強度：★～★★



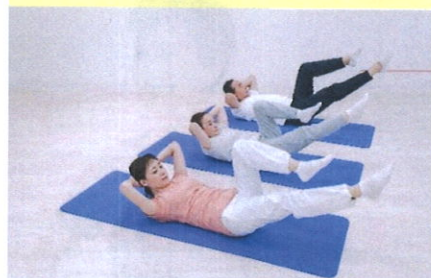
心拍数を高め血流を促進していくプログラム。ご自身のペースで基礎体力を向上させます。

リフレッシュフロー
運動強度：★～★★



呼吸を整え、筋肉と関節を柔らかくほぐしていくプログラム。心身の緊張をほぐし、関節の可動域を高めます。

体幹エクササイズ
運動強度：★★



インナーマッスルにアプローチし、体幹を鍛えていくプログラム。お腹まわりの引き締めや、姿勢・体の歪みを整えます。

パワトレベーシック
運動強度：★



椅子に座った状態で行う筋力トレーニング。基本的な動作の習得を目的としているので、初めての方や体力に自信のない方にもお勧めです。

パワトレ(全身)
運動強度：★★～★★★★



順天堂大学監修の、マシンを使わずに自体重で行うトレーニング。スロートレーニング法を取り入れることで、使っている筋肉を正しく意識しながら、筋力アップを目指すクラスです。

パワトレ(下半身集中)
運動強度：★★～★★★★



順天堂大学監修の、マシンを使わずに自体重で行うトレーニング。下肢の筋肉と体幹にフォーカスし、日常生活に近い動きで筋肉に刺激を与え、筋力維持・向上を目指すクラスです。

入会金

5,500 円(税込)

事務手数料

3,300 円(税込)

会費プラン【月会費】

いつでも何回でもお好きなクラスに

スタンダードプラン

10,450 円(税込)

月5回お好きなクラスに

エントリープラン

8,250 円(税込)

※2024年4月1日より価格改定

ラクティブで検索

ラクティブ



HPはコチラ

インスタはコチラ



東急イーライフデザイン