



専門のスタッフがあなたの運動習慣をサポートします！

「将来を見据えた介護予防のため」「ダイエットのため」「腰痛改善のため」など運動をする目的や身体の悩みは人それぞれ違います。

そのためリスポでは、お一人お一人の目標や身体のお悩みをしっかりとヒアリングしていきます。また、専門の知識をもったスタッフが痛みの要因となる体の柔軟性、筋力、バランスをチェックし、その方に合った運動メニューやケア方法をご提案していきますので、運動が好きな方だけでなく、体を動かすことに不安がある方や運動初心者の方にも安心してご利用いただけます。

ACCESS

ロクト整形Az3階にある奥のエレベーターから4階へお越しください。



※駐車場は建物に隣接する提携先の立体駐車場をご利用ください。

REISPO rokuto RE:SPORTS MEDICAL & CONDITIONING CENTRE

沖縄県那覇市奥武山町46番地 ロクト整形Az4階

TEL.080-9854-7498

営業時間 平日10:00-19:00 土10:00-17:00

定休日 日曜・祝日



Instagramもやってます！

REISPO rokuto RE:SPORTS MEDICAL & CONDITIONING CENTRE

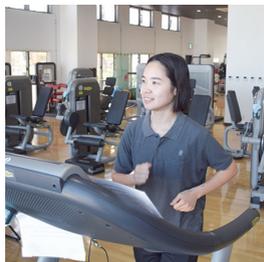


健康的な身体を目指したい方へ

- リハビリを終了したが運動を継続したい
- 自分に合った運動方法が知りたい
- マッサージなどの身体のケアもしたい

SERVICE

スポーツジム感覚で、いつでも自主トレーニングエリアをご利用いただけるほか、トレーニング指導や身体のケアなど個別のサービスもご用意しています。



01 自主トレーニング

ランニングマシンや下肢・体幹のトレーニングマシンを利用したセルフトレーニングが行えます。



02 運動

あなた自身の身体の弱点や癖を医科学的に分析し、痛みのない身体づくりを目指します。



03 施術

マッサージ・温熱療法機器による施術で、セルフストレッチではほぐしきれない筋肉の緊張や凝りを緩めます。



04 栄養指導

管理栄養士がダイエットや筋力アップなどの目的に応じた食事指導を行います。

2つのポイント
安心して通える

医療系国家資格を持つ専門スタッフによる包括的なサポート体制

理学療法士、柔道整復師、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士の4つの職種のプロが日頃のケアからトレーニング、栄養指導まで一貫してサポートいたします。

自主トレーニングでの初回運動指導を無料で実施

運動初心者の方でも安心して自主トレーニングができるよう、初回のみマシンの使い方やトレーニング方法をマンツーマンで指導いたします。

TRIAL

まずはリスポのコンディショニングをお試しください。

所要時間 / 30分

一般 … 500円

体験の流れ

① ヒアリング

目的や悩みなどをヒアリングします

② 身体チェック

今の身体の状態をチェックします

③ トレーニングorケアの実施

あなたに合わせた運動やケアを行います

④ 身体の再チェック

最後に身体の変化を確認します

PRICE

複数の料金体系をご用意しています。
※料金はすべて税込み価格

月会費プラン

マシントレーニング通い放題、その他サービスも割引価格でご利用いただけるお得なプランです。

● 月額 (※1)	5,500円
● 入会金 (※2)	3,300円
● 自主トレ	通い放題

(※1)ご入会時に2か月分の会費のお支払いをお願いしております。

(※2)入会金は初回のみのお支払いです。

特典
1

運動・施術が割引価格で利用できる!!

特典
2

栄養指導が通常価格から30%割引!!

特典
3

身体チェックが無料(2か月に1回)

都度利用プラン

定期的に通えるか心配な方でも、その都度ご利用いただけます。

運動・施術 (30分～)	3,500円～
-----------------	---------

※その他サービスもご用意しております。