

生涯ゴルフが楽しめる 体づくりをサポート。

「トータルゴルフフィットネス」(東京都新宿区)は、生涯スポーツとしてゴルフができるように、全力でサポートしてくれる会員制フィットネスクラブだ。「カラダ作り」「スイング作り」「カラダのケア」をゴルフの3本柱と考え、個々の身体能力に応じたプログラムでワンランク上のゴルフを目指すことができる。見学や体験(有料)も可。

▶ プロトレーナーが完全オーダーメイドのプログラムを作成し、指導してくれる。今年6月から青木功がアドバイザーを務めている。



▶ トレーニング機器はもちろん、ウェア、シューズなど、トレーニングに必要な道具は全て揃っているの、会社帰りに手ぶらで寄れる。



(株)ADON

トータルゴルフフィットネス

◎住所／東京都新宿区四谷4-25

◎料金／個人会員A:入会金10万円、年会費・一括払い42万円(月払いは1カ月3万6750円。個人会員B:入会金10万円、年会費・一括払い30万円(月払いは1カ月2万6250円)。*家族会員、法人会員も有

◎営業時間／9時～21時30分チェックアウト(土祝日は20時30分チェックアウト)、日曜・年末年始・夏季休暇は休館

問い合わせ 03-3354-1551

www.tg-fitness.net/