

仕事もプライベートも

ととどろ  
1年に。



ジム



スタジオ



コワーキング  
スペース



サウナ&スパ

＼ 4か月ずーっとおトク! /

法人ジム・サウナ  
おためし会員 月々¥5,500

新春入会キャンペーン! 1/4(日)～2/11(水)

月払い会員  
限定特典

月会費1ヵ月分  
事務手数料

0円

+

タオル&  
シューズ  
レンタル  
最大2ヵ月  
通常4,840円相当

0円

さらに

ルネサンス公式オンラインショップ

2,000円分クーポンプレゼント!

都度利用にも別途特典あり!

豊富な会員種別もご用意しています!  
詳しくは貴法人専用ページへアクセス!▶



※特典は8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限り適用(都度払い会員は対象外)。※フィットネス個人会員からコーポレート会員へ変更の方は対象外。※レンタル用品のお取り扱いがない店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。※オプションサービスの無料期間終了後は通常月会費に自動移行となります。解約を希望する場合はフロントにてお手続きください。※ご契約の内容により紙面と一部サービスが異なる場合がございます。詳細は二次元バーコードから専用ページでご確認ください。※表示価格は全て税込となります。

ジム・サウナ  
おためし会員

【ご利用可能時間・エリア】 ●営業時間中、終日ご利用できます。※24hジム導入店舗のジムエリアは、24時間ご利用できます(休館時間・未成年を除く) ●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯のスパ施設。プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員などのプランをご選択ください。

【ご利用開始・条件】 ●最長4ヵ月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8ヵ月以上月額固定プランで在籍していただける方に限ります。 ●過去6ヵ月以内に在籍していた方は対象外になります。 ●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別に変更となります。(後から種別変更も可能) 会員プランについては料金ページでご確認ください。

※2025/10/1 時点 2025新春\_840011571345



ジムだけじゃない!

ピラティスをはじめ、人気のプログラムと  
充実の施設でカラダもココロも

ととのう!

あなたに合った **ととのう!** がきっと見つかる。運動も、仕事も、リラックスも、ひとつの場所で。



理想のカラダを  
手に入れる!

質の高い  
プログラムで、  
効果を実感!

**カラダが  
ととのう!** ピラティス

経験豊富なインストラクターがあなたのレベルに合わせて丁寧に指導。インナーマッスルを意識しながら、身体の軸を整えていきます。



リモートワーク等の仕事の合間に  
サッと体を動かせます。

**仕事か  
ととのう!** コワーキングスペース

静かで落ち着いた雰囲気です仕事ができます。  
電源・Wi-Fi完備だから、パソコンでの作業も  
スムーズに行えます!



頑張るあなたに、ご褒美を。  
最高のリフレッシュで  
明日の活力に!

**ココロが  
ととのう!** サウナ&スパ

本格的なサウナ&スパ施設!  
運動後のリフレッシュはもちろん銭湯代わり  
にも利用できておトク!

※写真は全てイメージです。実際の店舗とは異なる場合がございます。

## Member's Voice 法人会員様からの「喜びの声」を一部ご紹介します!



ピラティスで、カラダが  
引き締まりました!

リキ姉さん

ピラティスパersonalを毎週必ず60分受講!  
ウエストと手足と背中...とにかく全身が  
引き締まった!脚が長くなった!鎖骨が広がって  
呼吸が深くなった!ピラティス呼吸により  
メンタル面も整ったと思います。



仕事もトレーニングも、  
ルネで心ゆくまで!

クッキー!さん

コワーキングスペースは落ち着いた雰囲気  
でまったり過ごせますね。  
シャワーで汗を流してすぐにプールへ。  
水中ウォーキングと平泳ぎでゆったり身体を  
ほぐしプールサイドのマットでしっかりストレッチ。  
露天風呂で整えてサッパリしました!



「ととのい」ルーティンで、  
至福の昼下がり。

ひよんみるく(・\_・)さん

1時間以上サウナやお風呂を楽しみ、  
ワールシャワー室の「四方シャワー」にて、  
火照ったカラダの冷却。ほんとうに気持ち  
が良いです。ととのい椅子でぼーっとして、  
マッサージチェアで少し寝落ちする時間。  
素敵な昼下がりでございます。

※参照元「ルネサンスcolors」より

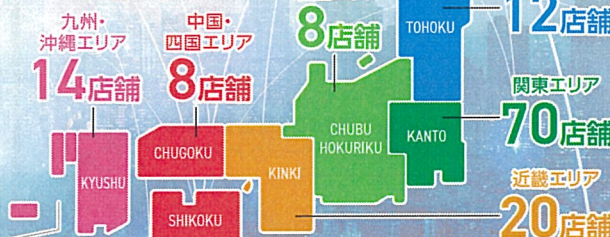
仕事もプライベートも。あなたの **ととのう!** 場所がここにありません!

利用可能施設は

全国 **132** 店舗+提携施設!

※提携施設の利用は法人により異なります。詳しくは右記のホームページをご確認ください。  
※契約により提携施設がない場合もございます

見学・体験は  
お近くの  
ルネサンスへ!



ご利用店舗の  
検索はコチラから!



※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※表面に記載の会員は、月ごとに変更可(変更手数料なし)。※次項に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。●医師等により、運動を禁じられている方 ●妊娠中の方 ●他人に感染する恐れのある疾病を有する方 ●酒気を帯びている方 ●刺青(タトゥー含む)のある方 ●ペット連れの方 ●反社会的勢力関係者 ●弊社の会員規約に同意いただけない方 ●その他弊社が不適当と認めた方



協会けんぽ 山形支部へご加入の皆さまへ  
ルネサンス オンラインライブストリーム 法人利用のご案内

RENAISSANCE

人気コンテンツ!ぐっすり寝れると大好評!

人気  
No.1

おやすみヨガ

セルフマッサージと  
ヨガのポーズを楽しみながら  
快適な眠りへ

受講者300名超え!

# 自宅がスポーツクラブに 早変わり!



国内最大級! 約週900本のプログラムが受け放題!

法人会員様はお得に利用できる!

法人オンライン会員【限定】定額プラン

月々1,100円(税込)

通常3,850円/月(税込)

月額定額レッスン受放題

お得に  
始めよう!

月会費 1ヵ月分

0円

※上記特典は、2ヵ月目の月会費が無料となり、初月月会費は日割り計算となります。  
※入会時に無料期間を含む2ヵ月分の決済が必要です。  
※2ヵ月以上の継続が必要となります。 ※解約の際は当月10日までに指定の  
フォームからご自身で退会手続きが必要となります。

※通常、一般定額プラン3,850円/月のところ、法人会員限定定額プランにてお申込みいただくと1,100円/月にてご利用いただけます。 ※会費はクレジットカードでのお支払いとなります。

クーポンコード

A13544g0

契約プランを選択する際に「法人オンライン会員【限定】プラン」を選択し、入会日や  
個人情報、支払方法などを入力した上で、決済前に上記のコードを入力してください。

無料会員登録

こちらのQRコードからアクセスし、お客様の  
情報を入力してください。メールアドレス確認  
メールが届きますのでご確認ください。



2025通年\_840011571345



◀ オンラインライブストリームの詳細は!





# 国内最大級！多様なプログラムが受け放題！

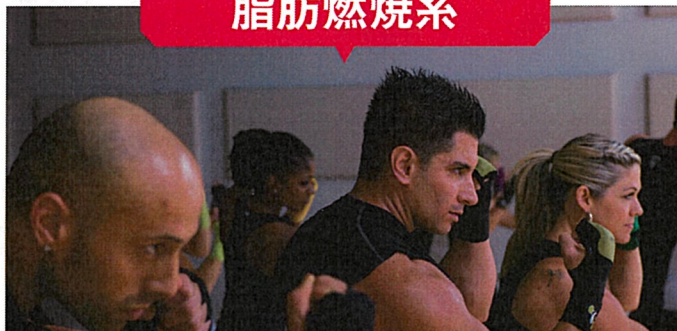
## ピラティス・ヨガ系



### おやすみヨガ

寝る前に（布団の上でもOK）セルフマッサージとヨガのポーズを行い、快適な睡眠に導くオンラインレッスンです。

## 脂肪燃焼系



### Group Fight

様々な格闘技の動きを、エキサイティングでハイクオリティな音楽に合わせて楽しむことができます。

## ダンス系



### ZUMBA

ラテン系の音楽とダンスを融合させて創作されたダンスフィットネスエクササイズ。多くのカロリーを消費するので、脂肪燃焼にも効果的。

## 機能改善系



### バランスコーディネーション

簡単な運動を通じて体の筋力バランスや骨格バランス、さらには自律神経のバランスを整えていくことを目的としたプログラムです。



フラダンス



肩こり予防エクササイズ



ストレッチ



ダンベル



フェイシャルセラピー



骨格リセットエクササイズ

## ショートビデオルーム

いつでもできる、初心者でも安心の15分の短いプログラムです！

お腹シェイプ

初めてエアロ

ハウツーヨガ

カラダうごく

骨格リセットエクササイズ

adidas GYM&RUN



adidas GYM&RUN

### とっても手軽

自宅で好きな時間に  
どんな服でも、ノーメイクでも  
レッスン出来るとこが  
嬉しい！



60代 女性



60代 女性

### 一人でこっそり運動できる

自他共に認める  
運動音痴、  
スポーツ苦手の私でも  
楽しく参加しています！

## ご利用者様の声！



40代 女性

### 家族と一緒に

4歳の娘と参加。  
娘が気に入って毎週やりたがっています。  
娘との時間は限りがあり  
とても充実しています。

### 効果もしっかり

何気なく参加していましたが  
なんとウエストが  
2センチ細くなり  
驚きです！



60代 男性



LINE  
公式  
アカウント  
はこちら！▼



役に立つ健康  
情報やお得な  
キャンペーン  
情報をゲット！