マナビバはなりたい自分への近道

例えば・・・

こんなお悩みのある方が多くご来店してます。

気が付くと、すぐ月日が経ってしまい自分やりたいと思っていた
趣味などがなかなか実現できない。
近いうちにやろうと思っていたこともなかなか実行に至らず…
結局なにも出来ていない。身体が痛く動きたくてもちょっと面倒…
いざ、趣味や習い事を探そうとはしてみるがちょうど良いものがなくて…
そんな思いで諦めていませんか？

1回45分間の「健康活動」

カラダを動かすこと。アタマを使うこと、それはあなたの
身体にとって最高の良薬です。
いつまでも健康的でいられることに年齢は関係ございません。
「あきらめたらそこで試合終了」です。
マナビバの健康プログラムでいつまでもイキイキと
健康的な生活を送りませんか？

マナビバはいつまでも輝きたい
アクティブミドル・シニアを応援します！
なぜマナビバが支持されるのか
その理由を詳しく解説します！！

※健康レッスンの効果・効能には個人差があります。
必ず症状が改善する保証はいたしかねますのでご了承ください。
※写真・イラストはイメージです。

マナビバは家から近くの「健康スタジオ」です

お買い物ついでや空いた時間に
「健康的な45分間」を過ごしませんか？

毎月定額で
全てのプログラムが
受け放題！

種類豊富な
45分間
楽々健康プログラム

簡単楽々
どなたでも
お気軽に参加できます

ご入会までの流れ

ホームページなどで「マナビバ」の
内容をご確認ください。

まずは

無料体験へご来店ください。

手ぶらでOK **当日参加もOK**

入会申込書等の記入手続き

入会完了！

ホームページでも情報発信中！
www.mana-viva.net マナビバ

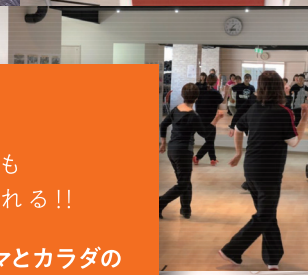
※キャリア・機種により閲覧出来ない場合がございます。予めご了承ください。

まずは無料体験

まずは無料体験

体験&見学随時受付中！

お気軽にお問い合せ下さい



幾つになっても
なりたい自分になれる!!

ミドル・シニア向けアタマとカラダの
フィットネススタジオ

マナビバ
www.mana-viva.net

いつまでも健康的なアタマとカラダ。マナビバはあなたの「健康活動」を応援します

マナビバで始める健康的なカラダづくり、
年齢を言い訳にしない理想的な生活をしませんか？

普通のカルチャースクールとマナビバは何が違うの？

Q.プログラムはいつでも何回でも受けられるの？
A.マナビバは60種類以上月100コマ以上の全てのプログラムを自由にいくつでも受ける事が可能です！

Q.お金はいくらかかるの？
A.月々定額制だから安心です！全てのプログラムを受けても金額は変わりません。

Q.誰でも参加できるの？
A.マナビバのプログラムはミドルからシニアの方まで「らくらくかんたん」に参加できる楽しいプログラムばかりです。初心者の方も安心して参加出来ます！

マナビバは
ミドルシニアの皆さまの
「健康づくり」を
サポートします！！
なかなかつづかない・・・と
悩んでいる方も、マナビバなら続けられる

4つの理由（わけ）

お客様の声

スタジオメンバー　H様
1人ひとりに分かりやすく丁寧にフォローしてもらえるので、
身体を動かすことが楽しくなりました。
また、全てのレッスンをこの金額で受けられるのはリーズナブルですね。

スタジオメンバー　M様ご夫妻
最初は健康のため体操メインで参加しましたが、今では
ペン字や韓国語など色々なレッスンに楽しく参加してはまっています。
原則、予約が不要なのも気楽に参加できますね！

ペアストレッチ

自分だけでは伸ばしきれない筋肉をしっかりと伸ばします！！
お客様はヨガマットの上で力を抜いていただければ大丈夫！
ペアストレッチは別途費用が必要となります。
ご予約、ご不明点ございましたら、スタッフまでお気軽にお問い合わせください。

理由1　質の高い講師陣とバラエティ豊かなレッスン

ペン字、ヨガ、英会話、
ボイストレーニング、ピラティス、
ストレッチなど60種以上のレッスンが
選び放題！

在籍講師は30名以上

※年齢制限についてはございませんが講座はミドル・シニアの方が受講されるための構成となっております。詳細について知りたい方はお問い合せください。

理由2　腰痛、ひざ痛、肩こりの方でも安心してしっかりと運動できる「マナビバオリジナルトレーニング」

椅子に座りながらの全身運動など効果の高いトレーニングを行います。
血流UP、腰・肩・ひざ痛の予防・改善にも効果的。

理由3　安心の月額定額制

いつでも無料体験

7,980円でいつでも、どのレッスンでも受講できる
全く新しいスタイルの
フットネス＆カルチャースタジオです。

プログラムレッスン受け放題

7,980円（税別）

入会金はいつでも0円！

**1日1講座だけじゃない！1日1回だけじゃない！
毎日、何回、何講座でもOK!**

※入会事務手数料900円（税別）が別途かかります。
※プログラムで使用する材料費や外出プログラムは別途費用が必要となる場合がございます。
※詳しくは各店舗にお問合せ下さい。

理由4

予約不要

手ぶらでOK

マナビバは予約不要、必要な道具は全てこちらで
揃えていますのでお気軽にお越し頂けます。

■ヨガマット

■バランスボール

その他レッスン道具取り揃えております。