

MOVE BETTER LIVE BETTER

身体が変われば、日常も変わる。

無料体験実施中

お申込みは
こちら
register
➔

START WITH A STEP

はじめの一步を、日常へ。

STRIDE FITNESSは、日常を快適に過ごすための身体づくりを大切にしています。

特別なアスリート向けではなく、仕事や生活を支える体力を整える環境を提供します。

無理なく続けられるトレーニングで、自分のペースで身体を動かせることをサポート。

一歩ずつ積み重ねることで、毎日の生活の質が少しずつ変わっていく—そんな場所です。

ABOUT

PROGRAMS

Our Programs

多彩なプログラムで、あなたの一歩をサポート。

01



STRENGTH

筋力トレーニング

フリーウェイトやトレーニングマシンを使い、全身の筋力を高めるトレーニング。基礎的な筋力づくりから本格的なワークアウトまで幅広く対応します。

MORE ➔

02



CARDIO

有酸素トレーニング

ランニングマシンやバイクなどを使った有酸素運動。体力向上や脂肪燃焼、コンディション維持に役立ちます。

MORE ➔

03



STUDIO

スタジオプログラム

ヨガやストレッチなどのグループレッスン。身体を整えながら、楽しみながら続けられるトレーニングです。

MORE ➔

04



PERSONAL

パーソナル

トレーナーが効率的にトレーニングをサポート。

MORE ➔

FACILITY

Our Facility

快適な環境で、動く楽しさを実感。



WEIGHT TRAINING AREA

ウエイトトレーニングエリア

フリーウェイトやトレーニングマシンを備えたトレーニングエリア。初心者から経験者まで幅広く利用できます。



TRIAL

START YOUR STRIDE TODAY

まずは施設を体験してみませんか？

STRIDE FITNESSでは、入会前に施設やトレーニング環境を体験できる体験トレーニングをご用意しています。実際のトレーニングエリアや設備を確認しながら、自分のペースで身体を動かすことができます。

ジムが初めての方でも安心してご利用いただけるよう、スタッフが設備の使い方やトレーニング方法をご案内します。

まずは一度、施設の雰囲気やトレーニング環境を体験してみてください。

MORE ➔



PRICE

Our Pricing

自分に合ったプランで、無理なく続ける。

月額プラン

BASIC
ベーシック

月額 ¥7,980 (税込)

利用内容

ジムエリア利用 有酸素マシン利用 ロッカー・シャワー利用

STANDARD
スタンダード

月額 ¥10,800 (税込)

利用内容

ジムエリア利用 有酸素マシン利用 ロッカー・シャワー利用

スタジオプログラム **Plus!**

PREMIUM
プレミアム

月額 ¥15,800 (税込)

利用内容

ジムエリア利用 有酸素マシン利用 ロッカー・シャワー利用

スタジオプログラム パーソナルトレーニング(2回分) **Plus!**

パーソナルトレーニング

1 SESSION
1回利用

1回利用 ¥6,600 (税込)

マンツーマンでのトレーニング指導。フォームの確認やトレーニングメニューの作成などを行います。

4 SESSION
4回利用

4回利用 ¥24,000 (税込)

継続してトレーニング指導を受けたい方向けの回数プラン。

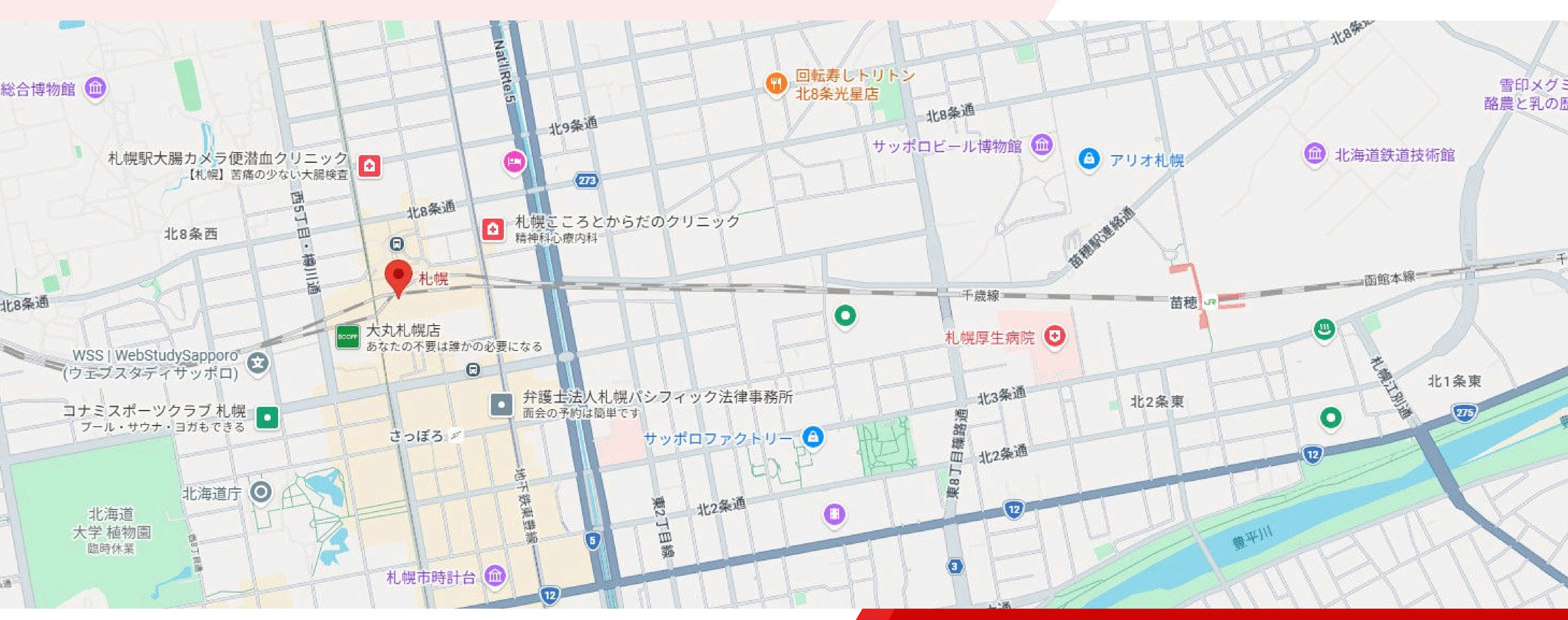
8 SESSION
8回利用

8回利用 ¥44,000 (税込)

定期的なトレーナーのサポートを受けながらトレーニングを行う方向けのプラン。

※パーソナルトレーニングは1回あたり55分です。

お申込みは
こちら
register
➔



STRIDE FITNESS

MOVE BETTER
LIVE BETTER

身体が変われば、日常も変わる。

OPEN 09:00 CLOSE 22:00

〒060-0007 北海道札幌市北区北6条西4丁目
TEL 011-0123-456

ABOUT / PROGRAMS / TRIAL / PRICE



入会・無料体験のお申込み



MOVE BETTER LIVE BETTER

身体が変われば、日常も変わる。



無料体験実施中

お申込みはこちら
register

ABOUT

START WITH A STEP

はじめの一步を、日常へ。

STRIDE FITNESSは、日常を快適に過ごすための身体づくりを大切にしています。

特別なアスリート向けではなく、仕事や生活を支える体力を整える環境を提供します。

無理なく続けられるトレーニングで、自分のペースで身体を動かせることをサポート。

一歩ずつ積み重ねることで、毎日の生活の質が少しずつ変わっていく——そんな場所です。

PROGRAMS

Our Programs

多彩なプログラムで、あなたの一歩をサポート。

01 STRENGTH

筋力トレーニング

フリーウェイトやトレーニングマシンを使い、全身の筋力を高めるトレーニング。基礎的な筋力づくりから本格的なワークアウトまで幅広く対応します。

MORE



FACILITY

Our Facility

快適な環境で、動く楽しさを実感。



WEIGHT TRAINING AREA

ウエイトトレーニングエリア

フリーウェイトやトレーニングマシンを備えたトレーニングエリア。初心者から経験者まで幅広く利用できます。



TRIAL

START YOUR STRIDE TODAY

まずは施設を体験してみませんか？

STRIDE FITNESSでは、入会前に施設やトレーニング環境を体験できる体験トレーニングをご用意しています。実際のトレーニングエリアや設備を確認しながら、自分のペースで身体を動かすことができます。

ジムが初めての方でも安心してご利用いただけるよう、スタッフが設備の使い方やトレーニング方法をご案内します。まずは一度、施設の雰囲気やトレーニング環境を体験してみてください。

MORE

PRICE

Our Pricing

自分に合ったプランで、無理なく続ける。

月額プラン

BASIC ベーシック

月額 ¥7,980 (税込)

利用内容 ジムエリア利用 有酸素マシン利用 ロッカーシャワー利用

BASIC ベーシック

月額 ¥10,800 (税込)

利用内容 ジムエリア利用 有酸素マシン利用 ロッカーシャワー利用 スタジオプログラム Plus!

BASIC ベーシック

月額 ¥15,800 (税込)

利用内容 ジムエリア利用 有酸素マシン利用 ロッカーシャワー利用 スタジオプログラム パーソナルトレーニング (月1回) Plus!

パーソナルトレーニング

1 SESSION 1回利用

1回利用 ¥6,600 (税込)

マンツーマンでのトレーニング指導。フォームの確認やトレーニングメニューの作成などを行います。

4 SESSION 4回利用

1回利用 ¥24,000 (税込)

継続してトレーニング指導を受けたい方向けの回数プラン

8 SESSION 8回利用

1回利用 ¥4,400 (税込)

定期的にトレーナーのサポートを受けながらトレーニングを行う方向けのプラン。

※パーソナルトレーニングは1回あたり55分です。

お申込みはこちら register

STRIDE FITNESS

MOVE BETTER LIVE BETTER

身体が変われば、日常も変わる。

OPEN 09:00 CLOSE 22:00

〒060-0007 北海道札幌市北区北6条西4丁目

TEL 011-0123-456

ABOUT / PROGRAMS / TRIAL / PRICE

入会・無料体験のお申込み