



幼年期
少年期

「元気に、そして丈夫に育ってほしい」。
未来に羽ばたく子ども達にとって、健康は元気の源。

個性に合わせて選べる こどもスクール



スイミング

進級テストがなく、少人数、半年間担当制。命を守る「着衣水泳」もおこないます。



ランニング

走るためだけでなく、カラダの基礎を大切に考えてトレーニングを行います。



avex dance master

エイベックス認定講師によるレッスン動画撮影をのスキルチェックや保護者参観日もあります。

こどもスクールの
各種体験や詳しい
情報はこちら▶



青年期

「強くなりたい」。「キレイになりたい」。
希望にあふれる青年にとって健康は成長にかかせないもの。

多彩な カルチャースクール



回数券制/女性限定
ピラティス・呼吸を深めるヨガ・大人のジャズダンス超入門などメニューが多彩です。

カルチャースクールの
各種体験や詳しい
情報はこちら▶

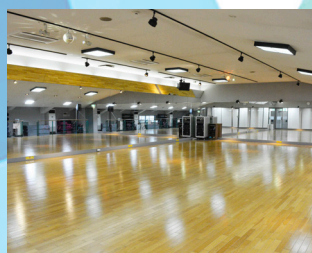
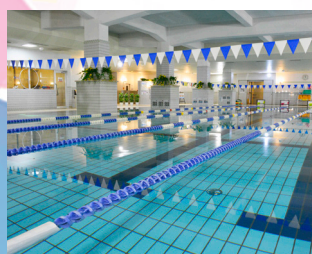


TGS テクノジムシステム



TGSキー
あなただけの運動メニューをスタッフが作成。TGSキーを差し込むだけでトレーニングメニューが開始されます。また専用アプリで運動状況が確認いただけます。

TGS テクノジムの
詳しい情報はこちら▶



みんなが集う

全世代型 ウェルネスモール

All generation wellness mall

プール・スタジオ・マシンジムはもちろん
屋外ジャグジー、読書コーナーなど
全世代型 ウェルネスモールとして、
ココロもカラダも健康になる設備と
サービスが揃っています。



自宅では
体験できない!

あなたにあった運動を
スタッフがしっかりサポート

club concept クラブコンセプト



健康寿命100歳

幼年期
少年期

青年期

壮年期

熟年期

老年期

子どもから大人までそれぞれの健康を考え、
私たちピノスがたどり着いた答えは、「健康寿命100歳」。
各年代へ目的にあった運動を提供する事で
100歳まで自分の力で生活できる健康づくりをサポートします。

壮年期

「家族みんなが笑顔でいてほしい」。
健康は家族を支えるお父さん、
お母さんにとって最も頼れるもの。



医療費控除が受けられる 運動療法

厚生労働省 指定運動療法施設だからできる!
病院との連携で運動療法が受けられます。
さらに医療費控除の対象になりおトクです。

提携医療機関

- 洛西ニュータウン病院
- 京都工場保健会 診療所
- 洛西口ようこメンタルクリニック
- いちまる整形外科クリニック
- おおやぶ内科・整形外科
- 桂川さいとう内科循環器クリニック
- さわむら内科クリニック
- タケダ内科医院



厚生労働大臣認定
健康増進施設

医療費控除が受けられる運動
療法の詳しい情報はこちら▶



熟年期

「第二の人生。これからを楽しみたい」。
健康は充実した毎日を楽しむために
なくてはならないもの。



運動を習慣化する 60日チャレンジ

60日間で週2回の利用を目標にトレーニングするプログラムです。ピノスの会員様で運動を継続されている方を調べた結果、ご入会から約2ヶ月の間に16日(週2回)以上来られていた方は、その後も継続されることがわかっています。

「体組成計」と「AI姿勢分析」でボディチェック

カウンセリングとオリジナルメニュー作成

45分間のマンツーマントレーニング(3回)開始

「運動の習慣化」目標達成

スタッフがしっかりサポート!
60日チャレンジの
詳しい情報はこちら▶



老年期

「自分の脚で歩き続けたい」。
健康で介護のいらぬ自立した
楽しい老後をおくること。



健康寿命を伸ばすスクール

脚力アップ

健康な脚で100歳まで歩けるカラダを目標に個々にあったトレーニングを個別に考え指導いたします。

のうきん
脳・筋Good
フレイル予防、認知症予防を
目的としたスクールです。

健康寿命を伸ばす
脳・筋Goodの体験や
詳しい情報はこちら▶

