

大分スポーツリハビリテーションセンター(OSR) 入会案内

登録費(税込)

登録諸経費 (メディカルチェック等)	OSR	大場整形外科 → OSR
	¥3.300	¥0 <small>大場整形外科の患者さんから入会する場合は 最終来院日から1か月間はいただいております</small>

施設利用料(税込)

【利用者】

1回利用料	¥ 660	
回数券(11回)	¥ 6.600	(有効期限: 購入日から6ヶ月間)

【契約会員】

半年契約	¥35.200	
年間契約	¥66.000	

* OSR最終来館日から6ヶ月経過した場合は
身体の状態を把握しかわるため再度メディカルチェックを行ないます
その際に評価料¥3.300をお支払いいただけますのであらかじめご了承ください

サービス内容

項目	【利用者】	【契約会員】
お支払い	都度 (回数券は提示)	一括 (契約期間内のご利用が可能)
担当者	健康運動指導士	健康運動指導士 管理栄養士
施設利用時間	最長90分	最長120分
目標達成アセスメント	— (初回時のトレーニング希望調査のみ)	○
経過評価 (フィジカルチェック等)	— (希望者は別途評価料が必要になります)	○ (契約期間に応じたスケジュールを設定)
フォローアップ	—	○ (ドロップアウト防止メールのご案内)
各体操教室参加料 (Fitness Friday)	施設利用料金で参加可能 (体操教室参加のみの場合は¥500)	¥0 (契約料金に含む)

ご入会の流れ

【共通】

①問診
(各種書類記入)



①問診

まず、安全にトレーニングを行うにあたっての問診を行います。
・内科的な問題がある場合は、かかりつけ医への受診をおすすめして頂くことがあります。
・未成年の方については、同意書に保護者のサインが必要です。
※ 60歳以上の方に関しては、安全管理のため事前にかかりつけ医を受診して頂くことがあります。

②整形外科的
メディカルチェック

(大場整形外科から入会する方は行いません)



【利用者】

【契約会員】

③オリエンテーション
(トレーニング希望調査)



③オリエンテーション(要予約)
※説明のみ約10分
メディカルチェックの結果

説明とトレーニングメニューの指導

③評価(フィジカルチェック等)
(目標に応じ内容が異なります)



④評価(要予約)
※目標に応じて設定した評価を実施し

プログラムデザインを行います

④目標達成アセスメント
(担当トレーナーと管理栄養士との作戦会議)



④トレーニング開始(2回目)
(要予約)



⑤目標達成アセスメント(要予約)
※約30分 現状確認や目標設定 具体的な行動を見出すためのヒアリングを行います

⑤トレーニング開始(2回目)
(要予約)



⑥定期評価
(②④改善点の再評価)

⑦契約満了

(その後は再契約・もしくは利用者へ移行)

各種オプション(税込)

体組成検査	¥1,100
骨密度測定	¥3,960
内臓脂肪測定(CT)	¥3,850
各種評価料(体力・運動機能等)	¥5,500

各体操教室参加料(Fitness Friday)	¥ 500
各種 血液検査	別紙

営業時間

月・火・木	9:00~12:00	13:30~19:00(閉館)
水	9:00~12:00	15:00~20:00(閉館)
金	9:00~12:00	13:30~18:00(閉館)
土・日・祝	9:00~12:00	13:30~16:30(閉館)

～入会時に必要なもの～

- ・問診表(未成年の方は保護者同意の確認)
- ・運動シューズ
- 2Fフロア用の室内シューズが必要です。
フィールドでのスパイク使用はご遠慮いただいております。
- ・運動着、タオル、飲み物など

※施設見学は随時行えます。【無料】



大分スポーツリハビリテーションセンター
〒870-0165 大分市明野北1-1-11
TEL:097-503-0750