

### プログラムの基本的な内容

- ①年間10回の契約法人様への出張トレーニング
- ②年2回の体組成測定【InBody】等による健康状態のチェック&指導
- ③個別食事指導(回数制限なし)

基本的な契約期間は1年間となります。カウンセリングは、出張トレーニングの際などに随時実施させていただきます。プログラムの内容は、もちろんカスタマイズも可能です。必要に応じて、テレワーク中の方へのリモートトレーニングにも対応させていただきます。プログラム内容の詳細につきましては、何なりとご相談ください。

### トレーニングの一例

- ①マシンを使わない自重トレーニングおよびセルフトレーニング(執務空間、ご自宅等でも可)のための指導
- ②猫背等の姿勢改善指導と各種トレーニング
- ③肩こり・腰痛改善のための指導と各種トレーニング
- ④その他 ※詳細につきましてはご相談ください。

契約法人様がトレーニング用のマシンをご所有の場合は、当該マシンを使用したトレーニングも可能です。トレーニング場所は、執務空間以外の会議室や講堂等の比較的広めのスペースのほか、個人のデスクまわりなど、どこでも可能なメニューをご提供いたします。

### 年間スケジュールの一例

4月	体組成測定【InBody】	8月	出張トレーニング	12月	出張トレーニング
5月	出張トレーニング	9月	出張トレーニング	1月	レクリエーション
6月	出張トレーニング	10月	体組成測定【InBody】	2月	出張トレーニング
7月	レクリエーション	11月	出張トレーニング	3月	出張トレーニング

上記はあくまでも一例です。契約法人様のスケジュール等に応じて、カスタマイズできます。体組成測定【InBody】の時期は、開始時期等に応じて変わる場合があります。

### ご契約料金の一例 (2022年1月現在)

従業員数	月額(税込)	従業員数	月額(税込)
10名以下	55,000円	51~60名	330,000円
11~20名	110,000円	61~70名	385,000円
21~30名	165,000円	71~80名	440,000円
31~40名	220,000円	81~90名	495,000円
41~50名	275,000円	91~100名	550,000円

【契約期間:1年間】上記は標準的な料金となります。プログラムおよびトレーニング内容のカスタマイズに応じて変動する場合があります。あらかじめご了承ください。101名様以上のご契約につきましては、応相談となります。

### 対応エリア

福岡市内及び近隣エリアを対象とさせていただきますが、詳しくはご相談ください。

無料相談は  
こちらから

ホームページ



LINE公式



### Uspazio 法人向け WELL-BEING PROGRAM

私たちがお役に立てるのは、  
みなさんの「カラダづくり」だけでは  
決してありません。



## 個人のために、会社のために。 一人ひとりのために、組織のために。

「顧客満足」にもつながっていく「従業員満足」。

人財の定着・確保につながる法人様の「魅力度向上」。

そして、何より従業員のみなさんの「健康増進」と「パフォーマンスアップ」。

その実現へ、私たちプロフェッショナルのマインドとスキルを、  
どうぞ活用ください。



Uspazio 代表  
理学療法士  
山下 雄

### 「Uspazio」に込めた、私たちの思い。

「Uspazio」の「U」は、「You」つまりはあなたのことを意味します。

そして「spazio」は、イタリア語で「空間」を意味する言葉。

私たちは、「あなただけの特別な空間」をパーソナルトレーニングジムに実現してきました。

この特別な空間を、出張トレーニングなどを通じて、契約法人様にも実現したい！

私たちは、そんな思いでいます。



### 変える、鍛えるのは、カラダだけじゃない。

トレーニングで変わる、鍛えられるのは、決してカラダだけではありません。

ココロを変えることもできるのです。

人は誰しも、大なり小なり何らかの悩みや問題を抱えています。

それを解決するのは、なにもカウンセラーだけでなく、

ジムであっても、トレーナーであってもイイト、私たちは考えています。

落ち込みやすい方、ストレスを抱え込みやすい方が、

まるで別人のように明るく前向きに変化していく姿を、

私たちはたくさん目の当たりにしてきました。

そうです、私たちには実績があります。



利用者の声はこちらから



Uspazioオフィシャルサイトはこちらから

### WELL-BEINGとは？

「WELL-BEING」(ウェルビーイング)とは、世界保健機関(WHO)憲章の前文では、「健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、

すべてが満たされた状態(WELL-BEING)にあることをいいます(日本WHO協会:訳)」とされています。

ひとことで「幸福」と訳されることもある概念。健康増進だけでなく、モチベーション管理など、精神面にも及びます。

その推進は、同時に「健康経営」にも密接につながることも言えます。

私たちUspazioは、ご契約いただく法人様の従業員のみなさんの「WELL-BEING」、言い換えれば「幸福」の実現に少しでも貢献していきたいと考え、このプログラムを開発しました。

カラダだけでなく、ココロのためにも…。私どものプログラムの活用を、ぜひご検討ください。

### 大切な「人財」、だからこそ。

会社にとって、経営者の方々にとって、従業員のみなさんは「財産」です。

まさに「人財」と言えるみなさんの心身の健康の不調に悩みを持たれているという経営者の方も少なくないのではないかと思います。

心身に不調が起これば、仕事のパフォーマンスも下がり、労働生産性も下がります。

健康が改善されれば、当然、こうしたサイクルも改善されます。

大切な「人財」、だからこそ、経営者の方々と同じ気持ちで、私たちも全力でサポートさせていただきます。

### 人財の確保・定着のために。

少子化が加速するなかで、人財不足はこれから、より深刻な問題になるでしょう。

若者を中心に、自身の価値観に見合う組織を求めて転職するのはいまや当たり前のこと。

事業に貢献する人財の確保やリテンションは、重要な企業課題のひとつです。

カラダとココロの健康増進につながるプログラムのご導入は、

必ずや契約法人様の魅力度アップにつながると確信しています。

従業員のみなさんの帰属意識やロイヤリティが高まり、人財の定着・確保にもつながります。

従業員のみなさんの満足度が高まれば、結果的に顧客満足度の向上にもつながるものと考えています。

### ココロからつながる組織へ。

「WELL-BEING」という大きなフラッグのもと、従業員のみなさんがひとつになってトレーニングに取り組む！

チームワークの醸成にもつながっていくことと、私たちは思っています。

「個人」一人ひとりが良くなれば、会社という「組織」全体もきっと良くなっていく…。

その思いで、契約法人様と一体となって取り組んでまいります。

ぜひ、私たちプロフェッショナルトレーナーのマインドとスキルをご活用ください。

