



# LIVE!LIVE!

## 効率よく、安心して、夢中で!



1プログラム

15分~30分の

# 時短トレーニング本数増量!

体力に自信のない方も、目的部位に効果を出したい方も、長時間だと不安な方も。いろんな方にフィットしたトレーニングが、期待に応えます。



### GRAND TRAINING

初心者におススメ

一人ひとりをケアするグルーブレッスン!



### BODY COMBAT

一番人気

世界中が没入しているプログラム!

15分、30分

#### グラントレーニング

専属トレーナー“グランサポーター”のキューイングに合わせてリズムエクササイズ。目的部位を効果的に!

30分、45分

#### ボディコンバット

世界70カ国以上へ展開中。空手、ボクシング、テコンドーなど、様々な動きを取り入れたワークアウト。



### ViPR

筒形状のツールを使った全身運動!

15分、30分

#### ヴァイパー

音楽に合わせて丸太のようなツールを抱えあげたり立てたり。筋力アップ&発汗トレーニング。



### STRONGNATION

効果絶大

格闘の動きが音楽とシンクロする!

30分、45分

#### ストロングネーション

専用の音楽と効果音がアクションとシンクロする新感覚自重トレーニング。



### UNIVERSAL YOGA EARTH

マインドフルネスで自分を整える。

30分

#### アースヨガ

シンプルなヨガの動作と瞑想によって脳波に働きかけ、呼吸と心を整える。



## PERSONAL SUPPORT

オープンパーソナルトレーニングメンバー

あなたに寄り添い、磨き上げるパーソナルトレーニング。プライベートルーム(個室)で実施するので、人の目が気になりません。目的に合わせて最適なプログラムをオリジナル作成。

募集中!  
登録手数料  
(3,300円)  
無料



ライフスタイルに合わせて、コースプランを自由に設定。

選べる3コース 5,500円/回~

※5回、10回、20回でコースプランをつくります。  
※AUBEサロン会員なら更にお得に。

# 秋の入会キャンペーン! 10/31(月)まで

# 初月・2ヶ月目 月会費 無料 + 3ヶ月目 月会費 半額

+ 事務手数料 ¥0! + さらに 即日入会で入会金 ¥2,000引き!

【紹介特典】紹介者、入会者の方に焼とりの秋吉券 ¥3,000分進呈!

## 月会費 5,390円(税込)~!

いろんなプランをご用意、詳しくはWEBをご確認ください。

この秋、入会のあなたに、

### オリジナル スターターキット プレゼント!

タオル ボトル  
Tシャツ 3点セット

体組成を測定し、あなたの目標AUBEライフをトレコードします。



まずはお気軽に!

## ワンコイン体験 2レッスン

キャンペーン期間中 ▶ ¥500 (税込)

通常体験料 ¥1,100 (税込)  
・駐車場1時間無料(入会の場合は2時間無料)  
・シューズ、タオルレンタル無料  
・姿勢測定無料



# AUBE

FOR ONE  
AUTOMATIC BEST CONDITION

3/4/5F フィットネスサロン オーブフォーワン

福井市中央1丁目21-35 TEL 0776-26-2905

〈営業時間〉月~金 9:00~23:00、土 9:00~21:00、日・祝 9:00~19:00

〈定休日〉毎週水曜日 〈E-mail〉info@aubestyle

電話でのお問い合わせ TEL.0776-26-2905



WEBにて入会受付予約承り中!

<https://fukui.aube.style/join/>



見学・体験のご予約はこちら

LINE公式アカウント



館内ルームツアー配信中!

気になる方はこちらを見てね!

@aube\_for\_one\_official



🅑 駐車場利用時間に応じて2時間まで無料(全会員)

契約駐車場/サカエパーキング、テアトル駐車場、北の庄駐車場、ファミリーパーキング、福井市本町通り地下駐車場、福井駅西口地下駐車場



**AUBE**<sup>TM</sup>  
FOR ONE  
AUTOMATIC BEST CONDITION

# ぜんぶLIVEで盛り上がる!!

コーチング × AUBE感染対策 × 時短

「楽しくなくちゃフィットネスじゃない!」いつ来ても参加できるグループレッスンと、全プログラムLIVEでコーチする専属トレーナー! サクッと参加の時短プログラムも豊富! そして、安心して没頭できる秘密が、AUBEFORONE独自の感染対策です。



15~30分の時短プログラム! 効率良い! 安心感さらにUP!



県内最大級グループレッスン数! いつでも参加できる、週100本以上のプログラム!



全プログラムに専属トレーナー、"グランサポーター"が付いている!



定期的にイベントを展開! あさない演出で常に没入状態!



サロン専用感染対策! 先端設備&行動計画

最先端オゾン・ウイルス対策器

救急隊に採用されているオゾン除菌装置を館内各所に

レッスンの人数制限

対人距離を確保したレッスンや、スタッフの健康管理を徹底



LIVE! LIVE!

TRX

TEAMBEATS Class

MEMBER REAL AT