

Trainer 01 いくつになっても 自分らしく好きなことを



より強い思いを
動画でご覧頂けます



七條 拓也

本当に健康的なカラダが必要になるのは、定年後すべての時間を自分のために使えるようになってからです。その時に、健康的なカラダでいるための準備を、これから一緒に始めましょう。

Trainer 02 筋活・骨活で アンチエイジング



より強い思いを
動画でご覧頂けます



神谷 一輝

「人生100年時代」やりたい事を続けるために、いつまでも綺麗であるためにコレカラで丈夫な骨と筋肉を作りましょう。トレーニングは最高のアンチエイジングです。

Trainer 03 年齢は関係ありません、 さあ今から始めましょう！



より強い思いを
動画でご覧頂けます



駒井 雅成

「もうこんな歳だから」「運動は苦手でちょっと...」そんな方にこそ私たちコレカラにお任せください。コレカラの豊かな生活のために私たちが全力サポートいたします。まだ間に合います、今すぐコレカラにGO！

料金システム(価格はすべて税別)

入会金: 30,000円 体験: 5,000円(50分) ※予約必要

月会費制

回数	50分	80分
4	29,600円	44,400円
6	43,200円	64,800円
8	56,000円	84,000円

ペア月会費制

回数	50分	80分
4	20,720円	31,080円
6	30,240円	45,360円
8	39,200円	58,800円

*ペアの料金は1名分の料金となっております。
ペア月会費制、ペアチケット制ともに1名で利用することはできません。
必ずペアの方と一緒にトレーニングを受けてください。

チケット制

回数	50分	80分	有効期限
4	42,000円	63,000円	2ヶ月
8	80,000円	120,000円	3ヶ月
16	152,000円	228,000円	6ヶ月
24	216,000円	324,000円	9ヶ月

ペアチケット制

回数	50分	80分	有効期限
8	56,000円	84,000円	3ヶ月
16	106,000円	159,000円	6ヶ月
24	151,200円	226,800円	9ヶ月

*ロッカー・ウェア・シューズのレンタルがあり、手ぶらで通うことができます。
詳しくはHPまで

【所在地】

〒171-0031
東京都豊島区目白
3丁目5-11
フィル・パーク目白 2F



【電話番号】

03-6809-0428

【営業時間】

月～金曜日 10:00～21:00
土・日曜日 9:00～18:00

【定休日】

祝日



KO·RE·KA·RA

大人のパーソナルジム コレカラ



Trainers

「これからの自分のために」

これからも温泉に行きたい、
ゴルフを続けたい、
ショッピングを楽しみたい
「大人のパーソナルジム コレカラ」は、
健康で美しいカラダを末永く維持し、
いつまでも楽しく、
豊かな毎日を送っていただくための
パーソナルジムです

人は体格や体力に個性があり、
トレーニングする目的も違います
それぞれの方に最適なオリジナルプログラムを
提案し結果を出します

あなたの豊かな時間を
一緒に作り出すこと
私たち **KO·RE·KA·RA** がお手伝いします



KO·RE·KA·RA

大人のパーソナルジム コレカラ

私たちが **KO·RE·KA·RA** に **通う** 理由
大人のパーソナルジム コレカラ



M.R.さま

ビールも飲みたい!でも健康でいたい!

年齢を重ねるにつれ健康診断の結果が心配に。でも厳しい食事制限は絶対無理!私のライフスタイルに合わせた無理のない改善方法がコレカラにはありました。



詳しくは動画で



詳しくは動画で

私より私のことを分かってくれている

私の体力や筋力、目標に合わせたオリジナルトレーニングで、結果がまったく違うことに驚きました。私より私のことを分かってくれているトレーナーがいるからこそ続けられています。



Y.H.さま



U.Y.さま

生活にハリができるんです

トレーニングに通い始めてから、ダイエットのような外見の変化だけでなく、長年辛かった腰痛が改善するなど、カラダへの変化を実感しており、毎日の生活にハリが出てきました。



詳しくは動画で

年齢ではない。意欲だ!!

コレカラで効率的に鍛えることでシニアの私でも効果を実感!登山のために始めたトレーニングですが、体力がつくことでチャレンジしたいことがたくさん出来ました。



M.T.さま



詳しくは動画で

2人だから続けられる

仕事が忙しいときでも、1年以上通い続けられるのは夫婦一緒にできるから。共通の話題や目標もでき、ここでの1時間は私たちにとって大切な時間になっていると感じます。



T夫妻



詳しくは動画で

Members