

ルネサンスが ランナーにとって 快適過ぎるワケ

ランナーの皆さまにとって知られざる
「ルネっていいね!」をシェアいたします。
皆さまのランニングライフが
今以上に充実すること間違いなしです。



一般的な
ランステ使用
はモチロン

ランナーの皆さまに「いいね!」が盛りだくさん。

**スパ施設が充実。
アフターランが豪華ッ!**



お風呂は脚が伸ばせます。ほかに水風呂、サウナ、
マッサージチェア…このまま居続けたいくなるラグ
ジュアリーなランステです。

**暑くても寒くても雨でも
ランランでRun!**



いつでもTシャツ・短パンで走れます。天候悪い
日に走れない…がない! 暗い夜道もない! 動画観
ながら…坂道走やインターバル走も。

**自己記録、更新🌟
筋トレでまだまだ進化!**



もっと速く! もっと長く! がランナーの性。筋トレ
やコンディショニング調整などランナーのための
プログラム・ツールが満載です。

＼ ジム・スタジオ・プール・サウナスパ まるごと体験! /
フィットネス体験 スペシャルDays

要事前
予約



選べる

無料見学会

▶ A さくっとセルフ見学

▶ B じっくりスタッフ付き添い見学



ルネサンスの
最新情報は
こちらから



皆さまの“Running-Life”は ルネサンスでより快適に、より豊かになります。

「いつかやってみたい!」に挙げられることが多いランニング。

汗が気持ちいい、挑戦するのが楽しい!普通の水が、いつものおかずが美味しい!

ランニング特有の爽快感は何ものにも代え難いものです。

既にその爽快感をご存じの方も、まだこれからの方も…

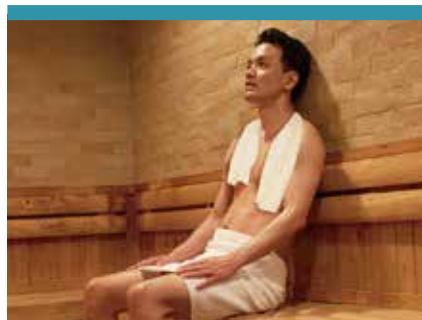
ぜひ、ルネサンスのランニングライフを体感してみてください!

これ以上ない快適さに“ハマる”こと間違いありません。



安全・安心 + “快適”な環境

暑い、寒い、雨降りなどの天候の
コンディショニングに一切左右さ
れない!ナイトランにありがちな
転倒や交通事故も回避できる!



疲れが変わります!

白湯、アイスバスやサウナで
心身ともにサッパリ。
毎回、リカバリーできる贅沢。



走りが変わります!

筋トレ、プログラムで筋力アップ。
後半の失速を回避。
まだまだ進化できます。



仲間が増えます!

定期的に行うイベントを開催。
クリニックやオンラインラン、
年1のリレーマラソンも!

最高のコンディションで大阪を駆け抜けましょう!



知ってました?!トレッドミル※は最強アイテムなんです。

※屋内用
ランニングマシン

トレッドミルは自分で速さを変えたり、傾斜を付けたり、ご自身のランニングを設計できるスグレモノです。

しかも目の前にモニターがあって好きな動画(ご自身のアカウント)やテレビが見放題!飽きるコトもありません。

フォーム固めにイイ!



一定速度のベルトの上
なので、素早い腿の引
き下げや離地後のすば
やい踵の引き付け等、
フォーム修正や固定が
集中してできます!

マイペースを掴むのにイイ!



心拍数確認しながら、
走力にあったスピード
が設定できます。自分
の走力にあったペース
を掴めるとランニング
は一層楽しくなります。

ラントレするのにイイ!



速く遅くを繰り返すイ
ンターバル走。これ
結構難しい。一定速
度が保たれるので妥
協や無理なく正確に
出来ちゃいます。



他にも…ルネサンスなら日常に“彩り”増えるかも!



This is RENAISSANCE Life

つつい行きたくなる ✨居心地の良さ

日によってコンディションは
まちまち。その日の体調、気分
に合わせてご自身の思うままに
過ごせる…それがルネサンスの
ある生活です。



各クラブによってサービス内容が異なります。詳細は各クラブにお問い合わせください。