

HAYASHI フィットネス & スパリゾート 24 平和台

短時間でリーズナブルな

# 本格的 日焼けマシン

9,300W の高出力マシンでしっかり焼ける

お好きなときに使えて圧倒的の低価格

# 06.21

2階

男性ロッカー内に  
導入決定!

セルフ利用

低価格 7分1,000円

新サービス導入キャンペーン

先着 50 名様限定

3 回ご利用で

1 回分

# 無料

## POINT.01 『リーズナブルで本格的』

有人の日焼けサロンより安価だけどマシンは本格的

## POINT.02 『支払いが便利』

毎回のお支払いは QR コード決済、クレジットカードにも対応で便利

## POINT.03 『効率的』

1回が短時間なので、忙しいあなたにもピッタリ

## POINT.04 『初心者も入りやすい』

一般的な有人の日焼けサロンの独特な雰囲気はなく入りやすい。

### ～日焼けのメリット～

#### ビタミン D の生成

タンニングをするとビタミン D が生成されます。不足すると全身の細胞内の遺伝子が正常に働かないため、がん・アレルギー・自己免疫疾患が起こりやすくなります。

#### 高血圧改善

#### 免疫機能アップ効果も。

紫外線を浴びることで生成されるビタミンDには免疫機能の向上や高血圧の改善効果が見込まれます。

#### ダイエット・

#### 筋力アップ効果も期待。

ビタミンDには脂肪のコントロールとタンパク同化作用があり、脂肪が減少し筋肉量が増えやすくなります。

#### うつ病、ストレス軽減

#### にも期待。

紫外線を浴びると「βエンドルフィン」や「セロトニン」といった幸せホルモンが分泌されます。

### ～日焼けの効果～

#### 初めての方

利用目安  
トレーニング前  
週 2 回  
7 分 / 回

はじめは肌が赤くなるが、少しずつ肌色が濃くなる。下地を作っていく段階です。



#### 3 回目以降

利用目安  
トレーニング前  
週 2 ~ 3 回  
7 分 / 回

肌は赤くならなくなり、肌色が濃くなる。紫外線に対して肌の防衛能力が高まっていきます。



#### ボディメイクコンテストを目指す

利用目安  
トレーニング前  
週 3 回  
14 分 / 回

肌をさらに濃くする。筋肉の凹凸が綺麗にはっきりと見えるようになります。※保湿をしっかり



### ご利用方法

#### STEP.01

QR コードで  
利用料を決済

1回 7分 1,000 円



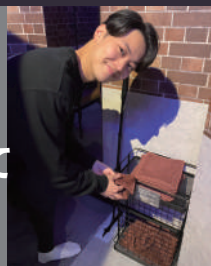
#### STEP.02

スタートを  
押して  
照射開始



#### STEP.03

備え付けの  
タオルで拭いて  
ご利用終了



### 営業時間

平日 10:00 ~ 23:00 / 土 10:00 ~ 21:00 / 日・祝 10:00 ~ 20:00  
休業日：木曜日 / お盆・年末年始・その他施設点検日