

北九州市 高齢者のための運動サポート情報登録一覧表

R7.2月時点

区	店舗名	所在地	電話番号	店休日	営業時間	アドレス	提供サービスの種類				PR
							スタジオ	マシン	プール	その他	
門司	トレーニングスタジオ アクティブ	門司区黄金町6-7 2F	093-982-4817	日曜日	【月～土】10:00～21:00	http://tsamoji.com	○	○		低酸素トレーニング	運動初心者の方でも大丈夫です。年齢層も幅広く80代まで通って頂いています。丁寧に指導します。
小倉北	スポーツクラブネサンス小倉	小倉北区浅野1-1-1	093-513-2222	金曜日 年末年始	【平日】10:00～23:00 【土曜】10:00～21:00 【日・祝】10:00～19:00	https://www.s-re.jp/kokura/	○	○	○	シャワー、浴室、 サウナ、ジャグジー、 駐車場・駐輪場	
小倉北	SDフィットネス小倉駅前店	小倉北区京町3丁目1-1 セントシティ10F	093-513-7800	—	【月～金】10:00～22:00 【土・日・祝】10:00～19:00	https://www.sd-fit.jp/shop/kokura/	○	○		マシンピラティス、 ホットヨガ、 セルフエステ	
小倉北	フィッツスポーツクラブ	小倉北区上到津4-3-15	093-651-3130	日曜日 年末年始	【月～金】9:00～21:00 【土・祝】9:00～20:00	https://www.fits-sports.club/		○		ピラティスレッスン	パーソナルトレーニングを行っています。高齢の方にも対応したレッスンあります。
小倉北	エニタイムフィットネス 小倉金田店	小倉北区金田1-2-6 2F	093-482-3021	—	11:00～20:00	anytimefitness.co.jp /kokura-kanada/		○			
小倉南	スポーツ&コミュニティ ウイングス	小倉南区富士見1-5-37	093-951-5037	日曜日	【平日】10:00～22:30 【土曜】10:00～20:00 【祝日】10:00～17:00	http://www.sports-wings.jp/	○	○	○	ドライサウナ、 スチームサウナ、 ジャグジー、水風呂	
若松	トレーニングジム・アリス	若松区東二島5丁目2-11	093-701-3401	日曜日	【月～土】10:00～22:00		○	○			高齢者の筋力アップトレーニング、高齢者のリハビリ
若松	ゴールドジム若松福岡	若松区二島1丁目3-1 イオン若松2F	093-863-0458	—	【平日】8:00～23:00 【土曜】8:00～21:00 【日・祝】8:00～20:00		○	○		サウナ	
八幡東	メディカル・ Re-コンディショニング中尾	八幡東区西本町4丁目14-11	093-285-3580	日曜日 祝日 第3月曜日	【月・火・木・金】9:00～18:00 【水・土】9:00～17:00		○	○		ストレッチ& エクササイズ インボディチェック	来所される方のニーズに合わせたストレッチ&エクササイズを指導させていただきます。スタジオについては金曜11:00～12:00(現在はこれのみ)10名定員で介護予防やピラティス等を行っています。(予約制)
八幡西	スポーツガーデンフェニックス 下上津役校	八幡西区下上津役3丁目2-1	093-613-0088	第5週目の うち1日	【平日】10:00～23:00 【土・日・祝】10:00～18:00	https://phoenix-j.co.jp/simokoujaku/	○	○	○	お風呂、サウナ	整骨院あり
八幡西	フィットワン折尾店	八幡西区折尾3丁目11-3	093-616-0065	—	7:00～23:00 【スタッフ在中平日】10:00～17:00	https://orio-fitone.mcv.jp		○			
八幡西	北九州スポーツクラブ連絡会	八幡西区幸神1-3-2	093-883-8350	日曜日	【月～土】9:00～17:00	https://www.kitasuporen.jp				プール 体育館 テニスコート	子供から高齢者を対象に運動教室を開催。北九州市内の協力関係にある指定管理施設にはプール、体育館、グラウンド等がある。
八幡西	ゴールドジム馬場山福岡	八幡西区馬場山西5(ナフコ隣)	093-482-7028	—	24時間営業 スタッフアワーHP参照	https://goldgym-babayama.com		○		男女別の更衣室 (シャワールーム完備)	