

## ルーストは特徴それぞれ

ルースト（北野）（事業所番号：1372904076）

〒192-0907 東京都八王子市長沼町 1308-4

スカイパレス北野 102

tel 042-659-0610

fax 042-659-0612

身体に不安がある方も、リスク管理の上でしっかりと運動が行えるスポーツジムのような雰囲気。

マシントレーニング・有酸素運動・歩行訓練・可動域訓練・各種動作訓練・マッサージチェア。



ルースト下柚木（事業所番号：1372905008）

〒192-0372 東京都八王子市下柚木 328-1

tel 042-653-9317

fax 042-653-9318

セラピストによる身体評価を行い、個別プログラムを作成、虚弱な方にもやさしく、効果的なマット運動も実施しています。

バーチャル体操・振動マシン・マッサージチェア・グループ体操・歩行訓練・可動域訓練・各種動作訓練。



ルースト片倉（事業所番号：1372905321）

〒192-0914 東京都八王子市片倉町 461-2

tel 042-638-0740

fax 042-638-0741

個別機能訓練をグループに分かれて行います。

マシントレーニング・マット体操・有酸素運動・歩行訓練・可動域訓練・各種動作訓練・マッサージチェア。



ルースト南大沢（事業所番号：1372905594）

〒192-0372 東京都八王子市下柚木 2-1-5

tel 042-682-2666

fax 042-682-2667

ベットでの個別対応中心に、バランス良く全身運動を行います。

マシントレーニング・有酸素運動・グループ体操・歩行訓練・可動域訓練・各種動作訓練。



ルースト長沼（事業所番号：1372906121）

〒192-0907 東京都八王子市長沼町 202-1

ピオスハイツ 101

tel 042-638-0782

fax 042-638-0783

理学療法士による身体評価を行い、運動をすすめます。日常の動きに近い形で運動指導を行っています。

グループ体操・有酸素運動（トレッドミル・エルゴメータ）歩行訓練・可動域訓練・各種動作訓練。



ルースト堀之内（事業所番号：1372906196）

〒192-0361 東京都八王子市越野 25-31

プランドール美鶴B

tel 042-682-4961

fax 042-682-4962

高齢者専用マシンを使った『筋力アップ』と『有酸素運動』チューブやボールなどを使った個別機能訓練で、バランスよく運動をしていただきます。

マシントレーニング・有酸素運動・歩行訓練・可動域訓練・各種動作訓練・マッサージチェア。

