アプリ利用手順書

FITTERIA

フィッテリア

アプリでできること

1. 施設の利用管理や習慣化・サポートコンテンツ

マシンの予約

アプリから
マシンを予約

P4へ

ジムへの入室

アプリから入室キーを
起動して開錠

P5へ

身体状態の記録

体重の記録

P10へ

オンラインフィットネス動画の視聴

アプリから
会員限定動画を視聴

P12へ

2.トレーニングサポートや記録

トレーニングメニューの確認

トレーニング
メニューを確認

P8へ

マシン設置動画の視聴

マシン設置方法
動画を視聴

P9へ

トレーニング動画の視聴

トレーニング
フォーム動画を視聴

P8へ

トレーニングを記録

アプリからトレーニング
履歴を記録

P11へ

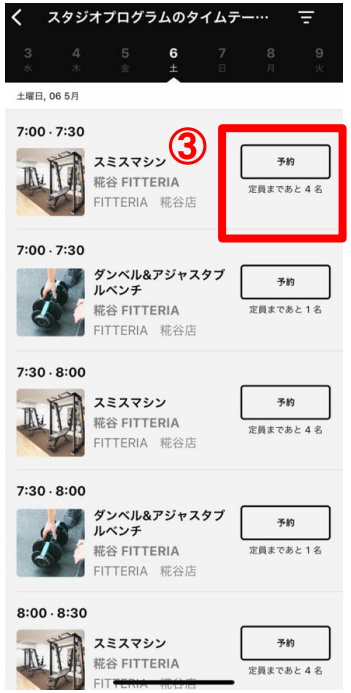
施設の利用管理や習慣化・サポートコンテンツ

マシン予約

マシン予約

1.TOP画面の
「FITTERIA予約」をタップ。

2.ご利用したい日時の
「予約」をタップで完了。



フィルター設定

1.右上のマークをタップ。
マイフィルターの「+」を
タップ。

2.時間やマシン等、
お好みの内容で設定し、
名前を付けて保存。

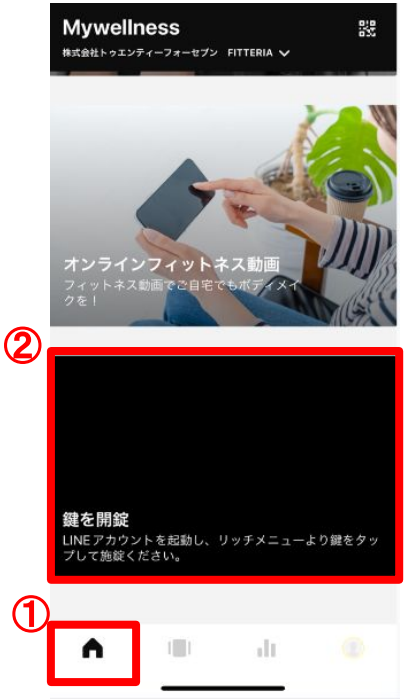
3.設定した内容が
反映されます。

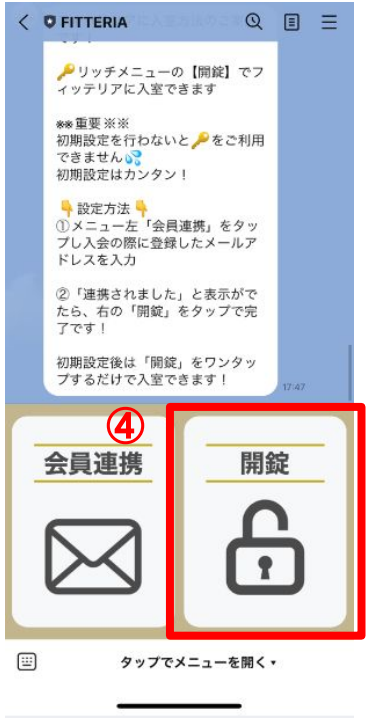
ジムの入室　鍵解錠

1.TOP画面の
「鍵を開錠」をタップ

2.LINEに登録中のメアドとPWを
入力してログイン。
または「LINEアプリで
ログイン」し認証をする。

3.FITTERIAのトークルーム
から「開錠」を選択する。
※メッセージ通り初期設定を
行ってください。





トレーニングサポートや記録

トレーニング開始の流れ

アプリを使ってトレーニングをスタート！

トレーニング開始

1 トレーニング
メニューをチェック

2 マシンの設置の
仕方をチェック

マシン設置

3 トレーニング
フォームをチェック

トレーニング開始

トレーニング終了後は
トレーニング記録を確認

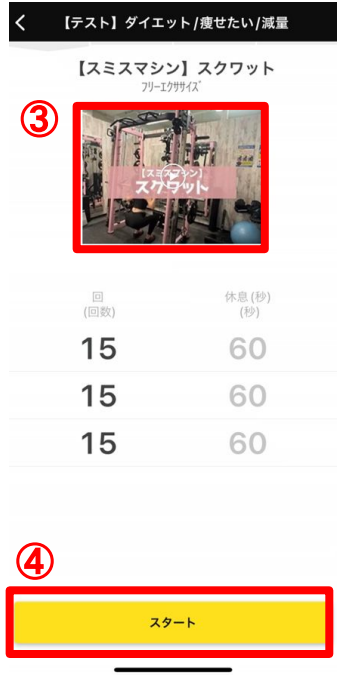
トレーニングメニューの確認

メニュー確認

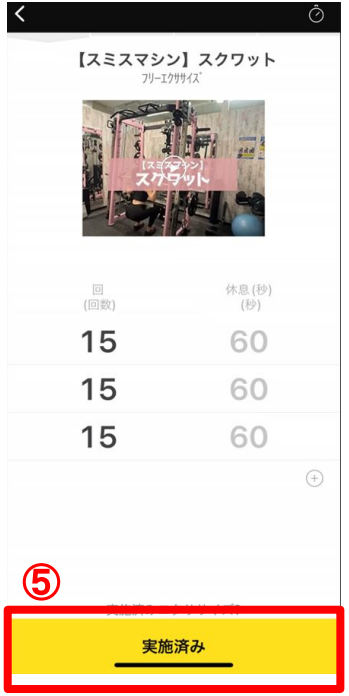
1.左から2つめのタブから付与されたプログラムをタップし、メニューを確認。

動画視聴&トレーニング実施

2.エクササイズのリストからメニューを開き動画を確認。「スタート」をタップしてトレーニング開始。

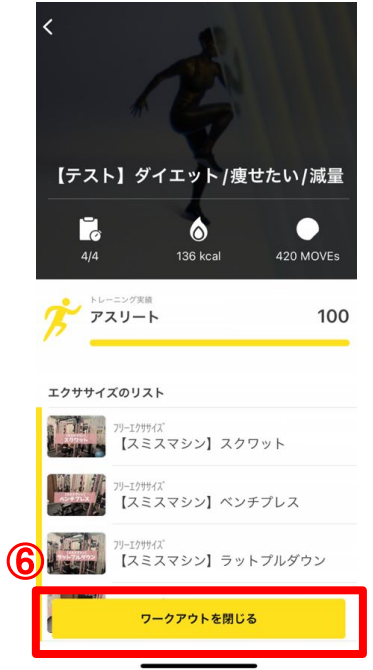


3.トレーニングが完了したら「実施済み」をタップし、次のメニューへ。



トレーニング記録

4.全てのメニューを終えたら「ワークアウトを閉じる」をタップ。



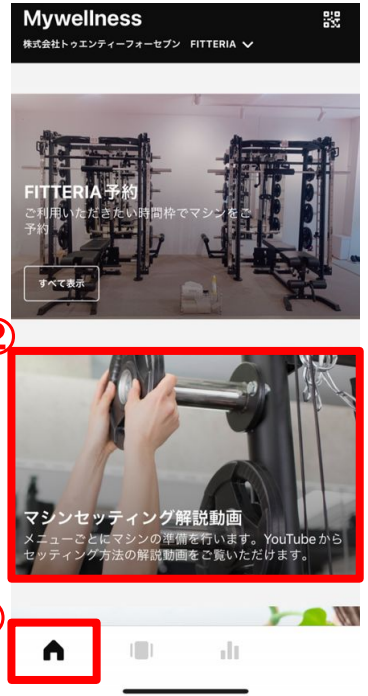
5.保存して終了すると、トレーニングが記録されます。

マシンセッティング解説動画

視聴手順

1.TOP画面の
マシンセッティング解説動画をタップ。

2.YouTubeに遷移するので、
実施するメニューの
セッティング方法を視聴。



（簡単に探す方法）YouTubeの検索機能で検索

1.再生リストから探す、または
チャンネル内の検索欄から
トレーニングメニュー名先頭に記載の番号で検索

身体記録

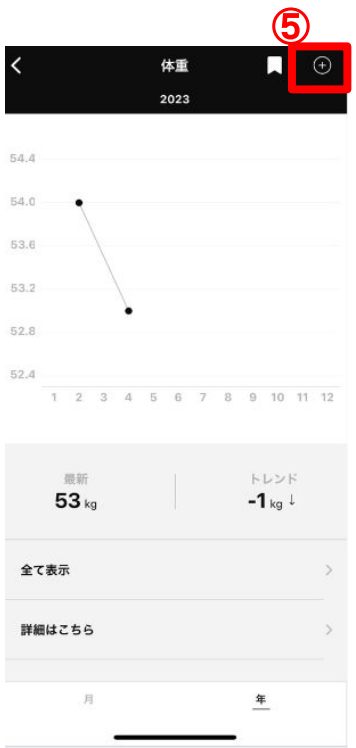
1.左から3つめのタブをタップし、トレーニングで消費したカロリー等を確認。

「身体測定」をタップし、体重やウエスト等を記録。

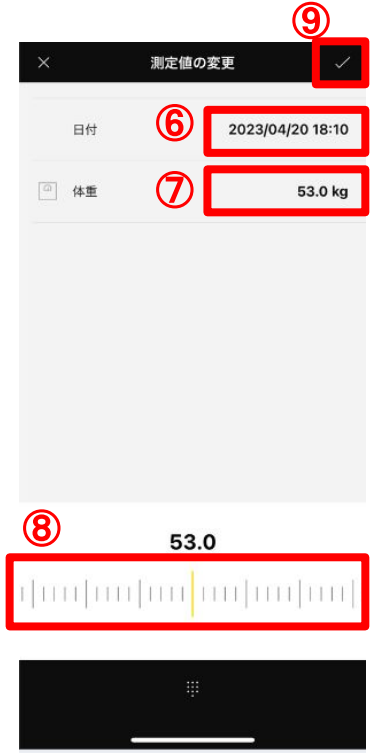
2.記録したいカテゴリを上のタブからスライドし選択。

記録したい数値をタップ。

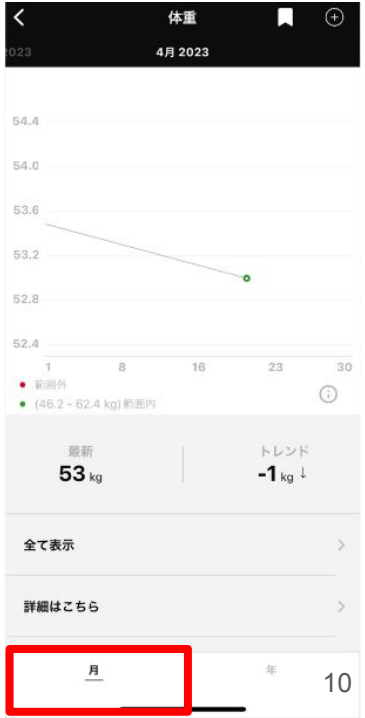
3.「+」をタップし新規登録。



4.日付と体重をスライドで編集。右上の「✓」マークをタップして保存。



5.日別で見たい場合は、下のタブから「月」を選択。



トレーニング記録の確認

1.左から3つめのタブをタップ。
日別の消費カロリーを確認。

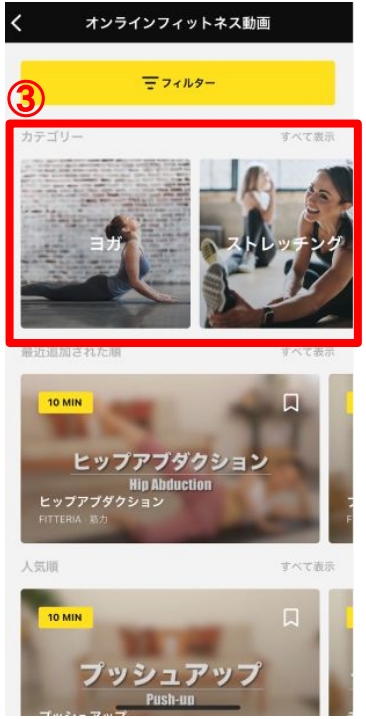
2.スクロールして実施した
プログラムを確認。

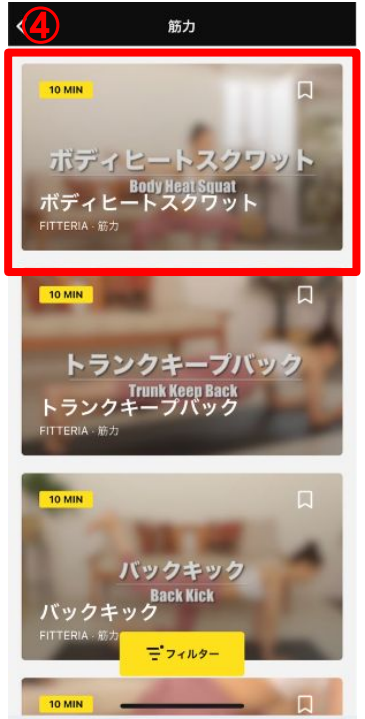
オンラインフィットネス動画

1.TOP画面の
オンラインフィットネス動画
をタップ。

2.「カテゴリー」をスライドし
お好きな項目をタップ。

3.お好きなメニューをタップ。
「開始」ボタンから動画を
スタートします。





アプリについてのご不明点は
お近くのスタッフか下記までご連絡ください

jimukyoku@fitteria.net

0120-566-247（10時～19時/通話無料）

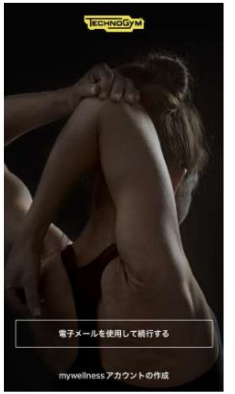
MyWellnessアカウント作成手順

1.施設専用QRコードを読みとる

2.ﾁｪｯｸﾎﾞｯｸｽにﾁｪｯｸして Open を押します

3.My Wellness をダウンロードします

4.Mywellness アカウントを作成します



5.パーソナルデータを入力します

6.ﾍﾙｽｹｱや google Fit の身体ﾃﾞｰﾀを連動します

7.身長・体重を 入力します

8.プライバシーの 設定をします

9.登録した電子メールを確認します

10.位置情報の機能を確認します

MyWellnessアカウント作成手順

11. ﾍﾙｽｹｱや google Fit と連動します

12. 登録する施設の情報を確認します

13. プライバシー設定を確認しチェックします

14. 右上のクラブ情報に登録したクラブ名が