TRY! SPRING CAMPAIGN

0(00)(sat)～0(01)(sat)

春のフィットネスキャンペーン

今しかできない! 特別プログラム!

入会金100%OFF ＋ 指定用品プレゼント

腰痛 の方におすすめ! BACKACHE

「ボールエクササイズ」

足腰中心のストレッチやウォーキングによる補強運動で痛みの改善を図ります！

※前日までにご予約ください

- 月・水・金 9:30～10:30
- 火・木・土 13:00～14:00
- 火・木 20:00～21:00

ダイエット したい方におすすめ! DIET

「エアロビクス」

ダイエットのための全身補強運動を行い、太りにくい身体作りを行います

- 月・木 10:00～11:00
- 月・金 13:30～14:30
- 水・土 20:30～21:30

膝痛 の方におすすめ! KNEE JERK PAIN

「ヨガ」

足腰や膝周辺の筋肉をストレッチでほぐし、補強運動で痛みの改善を図ります

- 水・金 10:45～11:45
- 水・木 14:00～15:00

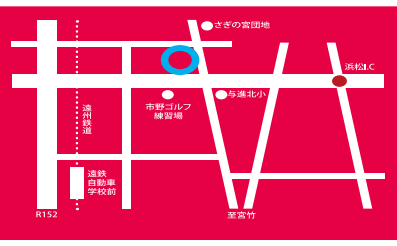
泳げるように なりたい方におすすめ! SWIMMING

「悠々スイミング教室」

泳ぎの基礎からクロールの息つきまで、個々に合わせたレッスンを行います。

- 月 10:45～11:15
- 木 13:30～14:30

○○○フィットネスクラブ

TEL.000-000-0000

●●●フィットネス 検索