



7/00(金)~8/00(金)

[0/00(火)10:00受付開始]

夏の体幹キャンペーン

期間中にご入会で

入会金

0円

+ 初月
月会費

0円



「浮力」

水中での体重は陸上の約10分の1のため、膝痛や関節痛の方も安心して体を動かすことができます。

「水温」

体温より低い水温が、カラダの体温低下を防止し、血管を収縮させたり、心臓の働きを活性化します。

「水圧」

水中では立っているだけで圧力を受け、自然に腹式呼吸をします。また全身の血液循環も良くなります。

「抵抗」

水中ではすべての動きに負荷が生じ、簡単な動きでもカロリーを消費することができます。



水が私を変える。



●●●●スポーツクラブ

TEL 000-000-0000

〒000-0000 ○○○○○○○○○○○○○○○○○

月~金 ●00:00~00:00
土 ●00:00~00:00
日・祝 ●00:00~00:00

無料施設見学随時実施中!

○○○○スポーツクラブ

検索

スマホで
アクセス
▶▶▶