

# 筋トレ女子、急増中!!

筋トレするだけで、若返る!?

その理由は、代謝にあります。  
年齢を重ねると、代謝は落ち、同じ量を食べているのに太りやすくなってしまいますよね。  
でも、代謝を上げると、何もしていない時でもカロリーを多く消費するので、  
痩せやすい体質に大変身。

また、筋トレを行うことで成長ホルモンの分泌も多くなり、  
女性の体にとってうれしい美肌効果や、若返りも期待できます。

## 5キロ痩せるだけで人生が変わる!?

Early Summer Campaign 00/00<sub>(000)</sub> > 00/00<sub>(000)</sub>  
アーリー サマー

# 初夏キャンペーン

# 0円

ぽっこりお腹が解消。

カラダのラインが変わり、服のサイズも変わります。

ほっぺのお肉もすっきり。むくみもなくなります。

ぴちぴちお肌。

見学無料!!お気軽にお越しください!

入会金

通常0,000円

+

事務手数料

通常0,000円

〇〇〇フィットネスクラブ TEL000-0000-0000

〒000-0000

〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

〇~〇 00:00~00:00

〇・〇 00:00~00:00

休館日 〇曜日

〇〇〇フィットネスクラブ 検索