

充実した毎日を過ごしたい あなたのために

健康づくり
長く続けられる
楽しく安全に



2月の無料相談会のご案内

【日程・時間】

各日2名様

【お申し込み】

- ・ 2月 4日(土) 16:15~17:00
- ・ 2月11日(土) 16:15~17:00
- ・ 2月18日(土) 16:15~17:00
- ・ 2月25日(土) 16:15~17:00

【フィットネス直通】

080-3531-8796

【インターネットから】



●相談・身体測定

- ・ お体の状態をお聞かせ下さい
- ・ 体組成測定(体重・体脂肪率・筋肉量など)
- ・ 身体機能測定(バランス・歩行力など)
- ・ 血管いきいき度チェック(血管年齢など)

●正しい運動のご案内

- ・ あなたに合ったカラダづくりのご提案
 - ・ マスク、水分補給のできるものをご持参ください
 - ・ 当日は同意書のご記入がございます



一人ひとりに健康づくりを提案します