

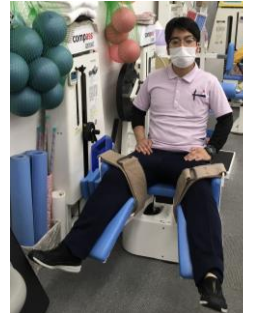
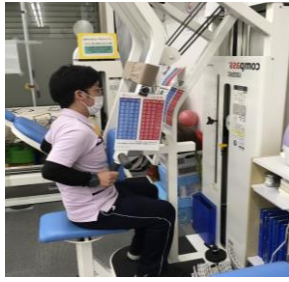
あなたの人生を変えませんか
トレーニングをして...

ちょいトレ

~ちょっとトレーニングしていきませんか?~

運動で未来をつくる!
元気なうちから始めよう

トレーニングマシンによる
筋トレ × 有酸素運動
で効果的な健康づくり!



対象



年齢不問(どなたでも参加可能)

(※介護認定は不要)

- ・筋肉を強化したい・痩せたい
- ・体力を維持したい など大歓迎!

初回測定
無料

InBody See what you're made of



日時



9/12(土)・9/26(土)

※予定が変更になる場合があります。

午前 10:00~11:30

好きな時に来て、好きな時に帰ってもOK!

あなたの体脂肪は
何%ですか?



参加費

1回 500円※初回無料キャンペーン実施中!

持参



動ける服装・上靴・タオル※飲み物 無料!

会場



リフレッシュくらぶ

住所(東住吉駒川3丁目28番4号1階)



お問い合わせはコチラまで

☎06-6623-2263

(木下まで)

