



一緒に運動

しませんか？

当院のトレーナーが
あなたの運動習慣の一步を
お手伝いさせて下さい！

運動の
やり方が
わからない

ジムは
レベルが
高すぎる

運動習慣を
身につけたい

一人では
できない

こんなお悩みがある方にオススメです！

- ・ 保険適用で実施可能
- ・ 時間は30分程度
- ・ 少人数（3～5人程度）での運動

お気軽にスタッフまでご相談ください。