

祝6周年

ありがとうキャンペーン!!

入会金 100%OFF!!

¥5,250 ⇒ **0** 円

先着20名様限り!!!



◆◇◆6周年特別企画◆◇◆

～ スタジオレッスン無料体験 参加者募集 ～

人気スタジオレッスンが無料で受けることができます。是非この機会に体験してみませんか？

■ 10:30～11:10



「フィットネスフラ」

インストラクター：中村 真弓子 先生

- 楽しいのに効果的!! どなたにも出来るようにアレンジされたフラダンスで心身ともに代謝UP!

□ 11:30～12:10

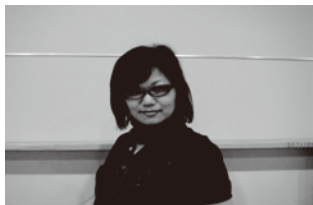


「はじめてのヨガ」

インストラクター：清水 みち恵 先生

- 経験豊富なインストラクターがゆっくりやさしくあなたをご案内します。終了後の爽快さは格別です!

■ 12:30～13:10



「シェイプアップピラティス」

インストラクター：相原 和子 先生

- 姿勢が変わる! 雰囲気が変わる!! 簡単でわかりやすいレッスンで美人オーラ全開にしましょう!!

□ 13:30～14:10



「ダイエットヨガ」

インストラクター：宇治澤 和佳枝 先生

- 今、流行の呼吸法にボディメイキング効果抜群のヨガのポーズでデトックスしましょう!!

参加費：無料

体験日：6月30日(土)

場所：メディプラスガーデン
フィットネススタジオ

申込方法：TELにて要予約
※ 0532-34-5888

定員：各レッスン20名

持ち物：◆運動のできる服装
◆汗拭きタオル ◆ドリンク

※サーキットの無料体験も
受付ています。(予約優先)



管理栄養士 上田 洋子先生

■ ダイエット無料栄養相談 ■

この機会に日頃の食生活を見直してみませんか？

6月30日(土) 10:15～ TELにて要予約

場所：メディプラスガーデンフィットネススタジオ

メディプラスガーデン

FITNESS STUDIO

0532-34-5888

〒441-8002 豊橋市吉川町222

※木・日曜定休