

尼崎●フィットネス

真夏までに体を引き締めたい ダイエットスクール無料体験会

スポーツクラブ ルネサンス尼崎

マシンも使って効果的にダイエット

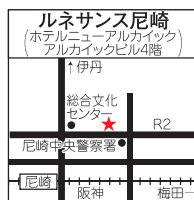


今年の夏は、自信を持って水着を着たいよね。スポーツクラブ「ルネサンス尼崎」の「ダイエットスクール」に本気でトライ。ポディーラインをギュッと引き締めてみて。パーソナルトレーナーの指導のもと、有酸素運動、筋カトレーニング、適切な食事などで、理想のポディーを目指します。トレーナーのサポートと、同じ目的を持つ仲間が、ヤル気をバックアップ。ダイエットのメカニズムを教えてください。

るセミナー付きだから、納得して続けられるね。2カ月1期・16回(うち8回セミナー付き)。受講料6300円(1カ月)。

CHECK

6月27日(月)に「無料体験会」が開催されます。まずは、気軽に試してみてください。①午前11時～正午②午後2時～3時③7時30分～8時30分。各定員10人なので、早めに電話で予約を。同日は、「スイミング」「スカッシュ」の無料体験も開催。



DATA

阪神尼崎駅歩5分
午前9時～午後11時(土曜は午後10時30分まで)。日曜・祝日は午前10時～午後7時。月曜休館
<http://www.s-re.jp>
☎06(6482)2448