

30分  
かんたん  
フィットネス

足腰

運動不足

体重

足腰

気にな  
る方

これからも元気な健康生活

# 1日無料体験受付中!



最近体重が  
気になる方



マシン  
リニューアル



何歳でもできる



安心スタッフ  
サポート

## かんたん筋トレ & 有酸素運動

予約不要

好きな時間に

買い物帰り

〈スタッフがしっかりご案内します〉

体験すると



もらえる!

ソックス

(期間4/30迄)

### 1日無料体験開催中

お得な  
入会キャンペーン



期間: 4/8(月)~4/30(火)

体験後、お得に入会できる  
特典をご用意しております!



イオンフィットネススタジオ3FIT せんげん台

イオンスタイルせんげん台 3F TEL.048-970-6711

詳しくはWEBで



# 30分のかんたん時短フィットネス

イオンフィットネススタジオ  
イオンスタイルせんげん台店3F

体験からスタッフが  
しっかりサポートします！



## お手軽サーキット

## 筋トレと有酸素運動を繰り返す かんたん30分トレーニング

基礎代謝量を上げる！

目指せ脂肪燃焼！



## 筋力トレーニング

&



## ステップ運動



## 筋力マシン

油圧を使った負荷で  
からだにやさしく、初め  
ての方でも安心して  
ご利用いただけます。

体組成測定による  
スタッフの無料カウ  
ンセリングで目標持っ  
て頑張れます。

専門知識を持ったト  
レーナーによる体の不  
調等の原因となる筋  
膜の歪みを整えます。



## カウンセリング

## パーソナル ストレッチ



## ヨガなどレッスンも受けれる レッスンフリー会員もごさいます！ 詳しくはフロントまで



あなたも変わる！  
お客さまの声

**50代女性**  
肩こりがひどかったのですが、運動したらいつの間にか肩こりがなくなっていました。

**60代女性**  
転倒しそうになりましたが、踏ん張ることができました！

**60代女性**

血圧検査の結果が良くなってお医者さんに褒められました

**60代女性**

月1回の計測でスタッフとカウンセリングをするので自分の身体の管理ができるようになりました。食事もおいしく食べられるようになりました。

**70代女性**

洋服もサイズダウンして体重も落ちました

会員種別	月会費	ご利用可能時間
正会員	本体6,000円 (税込6,600円)	全営業時間 利用可能
レッスン フリー会員	本体7,300円 (税込8,030円)	全営業時間および レッスン利用可能

◆ご入会時にご持参いただくもの  
(当日支払いは現金以外でクレジットカード、WAON等)  
会費支払い方法  
・クレジットカード支払いの場合 クレジットカード持参  
・銀行自動振替支払いの場合  
口座番号がわかるものと届出印

◆事務手数料 本体3,800円(税込4,180円)  
◆月会費 1~2ヶ月分