

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
に

これからも元気な健康生活

1日無料体験受付中!



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

春の特別体験

期間4/30まで

体験した方に
もれなく
オリジナルソックス
プレゼント!



1日無料体験

イオンフィットネススタジオ3FIT松戸西口

ダイエー松戸西口店3F TEL.047-331-2875



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
ダイエー松戸西口店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



筋力マシン

油圧を使った負荷で
からだにやさしく、初め
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

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！



筋力トレーニング

目指せ脂肪燃焼！



ステップ運動

&



あなたも変わる！
お客さまのお声

50代女性
お試し体験中、周囲から表情が豊かになっ
たと言われ入会。
運動をすると気分が良くなり、長く続いた不
眠も解消しました。2ヶ月で体調の変化に
びっぴり！30分の丁度いい運動に、スタッフ
も優しく親切で安心です。

70代女性
身体が伸び、軽やかに、そして歩きやすくな
りました。

50代女性
肩こりがひどかったんですけど、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
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

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！

会員種別	月会費	ご利用可能時間
正会員	本体 5,500円 (税込6,050円)	全営業時間 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