

女性専用
30分かんたん
フィットネス

足腰

運動不足

体重

筋肉

気に
なる方

かんたん筋トレ & 有酸素運動



安心スタッフ
サポート

正会員は隣のスポーツ
クラブも利用できます！

かんたん無料
レッスン！

何歳でもできる

まずはお試し！！ 事前予約制

1日体験 **0**円

お得な
入会キャンペーン

期間：4/8(火)～4/30(水)

体験後、お得に入会できる
特典をご用意しております！

楽しく「キレイ」と「健康」を。 30分女性専用トランポリンサーキットトレーニング

イオンフィットネススタジオ 大和 TEL.046-267-6818
イオン大和店3F

営業時間 平日10:00～16:00 土日祝10:00～13:30（最終受付は営業終了30分前）
休館日 毎週水曜日 夏季・年末年始・大型連休・施設点検日など

詳しくはWEBで



30分のかんたん時短フィットネス

イオン
大和店3F

体験からスタッフが
しっかりサポート



筋力トレーニング
全身をバランス
よく動かし、
筋肉トレーニング！

代謝量を
上げる
×8

ステップ運動

スタッフがしっかり
サポートします！

脂肪燃焼
×8



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



かんたん無料レッスンも開催中！



フィットヨガ



ロコモ足腰体操



ストレッチ&リズム



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

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5,500円 (税込6,050円)	全営業時間 利用可能
土日祝 会員	本体4,000円 (税込4,400円)	土日祝 10:00～13:30

◆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

正会員は隣の
イオンスポーツクラブ3FIT
も利用いただけます！

