

気になるカラダの悩みを  
**解決**してみませんか!

30分かんたん時短フィットネス

8月 **無料体験** 受付中

膝・腰・肩

筋力

姿勢

血压

詳しくは  
こちら>



こんなお悩みありませんか?



スタッフのサポートがあるから初めての方でも安心!

※掲載の写真はイメージです



イオンウエルネスラウンジ 3FIT 柏増尾台店

千葉県柏市増尾台3-6-1 2階 TEL.04-7175-3507

詳しくはこちら>



# イオンの30分かんたん時短フィットネス

## 初心者でも使いやすい 筋力マシンが全8種類

体験からスタッフがしっかりサポート!

基礎代謝アップ!  
筋力トレーニング



&

目指せ脂肪燃焼!  
ステップ運動



目指せ脂肪燃焼!  
ステップ運動



※掲載の写真はイメージです

週46本  
無料レッスン

フィットヨガ  
初心者でも安心の  
入門ヨガレッスン



ロコモ  
足腰体操

足腰が少し不安な方に  
おススメです



やさしい  
エアロ

初心者向けの  
映像レッスン  
多数あります



## 実感! 30分時短ダイエット お客様からの声



2ヶ月で体調の  
変化に驚きました!

(検見川浜店 50代 継続6ヶ月)

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。30分の丁度いい運動で、スタッフも優しく親切で安心です。



家族には  
「お母さん元気だね」と  
褒めてもらっています

(南砂店 70代 継続3年)

継続できるか心配でしたが色々な運動ができるのであっという間に3年が経ち、最近ではつまずかなくなりました。



日頃の疲れを忘れて  
ストレス発散!

(柳津店 30代 継続1年)

家事や育児を忘れて、自分のための時間を作りながらいい汗かいています。

※個人の感想です。効果には個人差があります。

ご入会時に  
ご持参  
いただくもの

会費お支払方法	ご本人確認	事務手数料	正会員	正会員 年更新割引	シニア会員 65歳以上の方	営業時間
①②いずれか ①クレジットカード ②口座番号のわかるもの	運転免許証 身分証明書等	本体 3,800円 (税込4,180円)	本体 7,000円 (税込7,700円)	本体 6,500円 (税込7,150円)	本体 4,980円 (税込5,478円)	平日: 9:00~21:00 土曜: 9:00~17:00 日祝: 10:00~15:00 休館日: 毎月4・14・24日

※下記特典は6ヶ月以上の継続が対象となります。※当店は退会後半年以内の再入会は適用となりません。※当月分の月会費は利用開始予定日より日割り会費分となります。※他の特典との併用はできません。※水素水、安心サポートは3ヶ月目以降自動継続となります。

年更新割引: 更新月(入会月前月)以外の退会は1ヶ月差額本体500円(税込550円)の利用差額分(上限本体3,000円、税込3,300円)をお支払いいただけます。

## 無料体験実施中

【体験時に必要なもの】

- ・運動しやすい服装・室内用シューズ
- ・タオル
- ・水分補給用のお飲み物

お電話もしくは直接フロントにてご予約下さい

## イオンウエルネスラウンジ 3FIT柏増尾台店

〒277-0052 千葉県柏市増尾台3-6-1 2階 TEL.04-7175-3507

詳しくはこちら >

