

夏に向けて早めの対策しませんか？

3ヵ月の短期集中ダイエット



健康
ダイエット

肩こり・
腰痛改善

冷えむくみ
解消

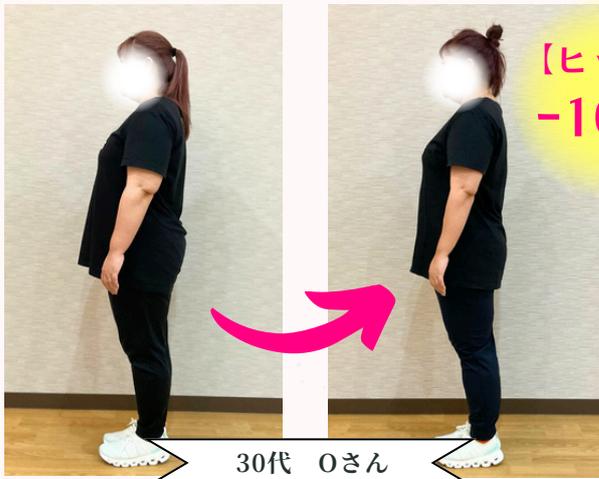
入会金・事務手数料

0円

ダイエットプログラム

2024/12/1~2025/2/15

特別割引キャンペーン



【ヒップ】
-10cm

30代 Oさん

パーソナルトレーニング(45分×12回)
管理栄養士の食事サポート付き

今だけの
お得なセット!

プロテイン12本
ウォーターベッド12回券

¥60,000

通常価格 ¥90,000 (税込)

お買い物ついでに便利!

イオンモール長久手
本館2階

0561-56-1662

お問合せはお電話または
QRコードのHPから!



1人では続かないダイエット… プロのトレーナーがあなたをサポート！



シャワールーム
完備

完全
マンツーマン
指導

通いやすい
ご予約制



管理栄養士が食事面もサポート

常駐の管理栄養士による、
食事指導もプログラム内に含まれています。
カロリー計算なども行い、
あなたに合った食事をご提案することで、
より効果的にダイエットを成功に導きます！

食事摂取状況 実施日: 2024.10.08

項目	摂取量	目標値
総エネルギー	1800 kcal	1800 kcal
タンパク質	60g	60g
脂質	60g	60g
糖質	260g	260g
繊維質	15g	15g

栄養成分表

項目	朝食	昼食	夕食	間食
エネルギー	450	450	450	450
タンパク質	15	15	15	15
脂質	5	5	5	5
糖質	60	60	60	60
繊維質	5	5	5	5

プラスで摂りたい食品

大豆製品	海藻類	緑黄色野菜	芋類	キノコ類	大豆製品
水溶性	食物繊維	ビタミン・ミネラル	ウラン	動物性たんぱく質	動物性たんぱく質

管理栄養士からのコメント

エネルギー摂取量が少なく、特にたんぱく質・炭水化物の量が不足しています。摂取量が下がり、燃焼しやすい体質になります。1日に必要な量を毎日摂取し、燃焼しやすい体質になります。燃焼しやすい体質になります。燃焼しやすい体質になります。

お客様の声

本当にここにきて良かった!! と思えました。
気にしていた肩甲骨、腰からヒップのラインもきれいになっ
てとても嬉しいです。自分でもあまり気にしていなかった
尻り腰も指摘され少し改善できて良かったです。

とても有意義な2回のレッスンで、
トレーナーさんととても親切にやりとりし、楽しかったです。

沢山のご好評の声を
いただいております

無料見学・体験受付中!

お気軽にご来店ください

お問い合わせはホームページまたは
お電話からお待ちしております

営業時間

火～金 10:00～21:00
土日祝 10:00～18:00
定休日 月曜日