

究極のボディメイクプログラム説明会

第28回～31回 @4Fパーソナルルーム

各回3名様
限定

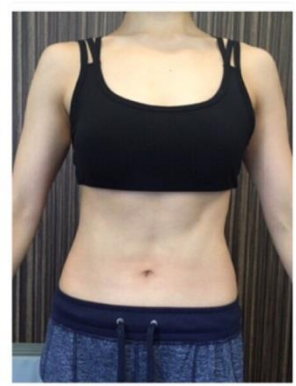
日時: ① 2月10日(土) 18:00～ ② 2月18日(日) 19:00～
③ 2月23日(金) 15:00～ ④ 2月27日(火) 19:00～



HOTヨガの人気IR yu-ki先生もチャレンジ！！
たった2ヶ月で！体重－6kg！ウエスト－7cm！



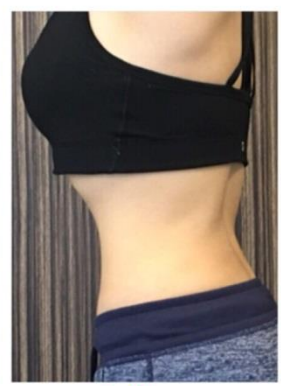
Before



After



Before



After

- ☑つまめるお腹の肉をとにかくすぐになんとかしたい！
 - ☑そんなに食べていないはずなのに痩せない
 - ☑年齢と共に体重がどんどん増えてきて落ちない
 - ☑体重もウエストも過去最高になってしまった
 - ☑自分一人でダイエットは限界と感じた
- ボディメイクトレーナーと管理栄養士が貴方のお悩みを解決します！**

- 内容**
- 間違ったダイエットと正しいダイエット
 - 痩せる為の運動(キネシス、パワープレート)
 - 食べていいもの、悪いもの、食事管理の方法
 - リバウンドしない理由、成功事例、お客様の声



講師

芳賀 紀子 トレーナー歴15年

※体験会のご予約もその場で行います！
予定がわかるスマホ、手帳をお持ちください！



参加者には
管理栄養士柴田監修の
「**ダイエットの基本**」
プレゼント！

ダイエットプログラム説明会 <参加申込> TEL.03-5448-9970

お名前: 希望日時:
メールでも受け付け可能です。お名前・希望日時をご記載下さい。 info@fitness-hiroo.com