

毎月第3土曜日は

ロコモK.Oday

in 青葉台

8/17(土)開催

会員様限定

プログラムメニュー

参加費
回数券
1枚

- A セラバンドを使った筋力トレーニング
- B ストレッチポールを使ったバランス&コアトレーニング
- C 体が硬い方へ、動的静的ストレッチ
- D 肋骨が硬い方へ、肋骨徒手療法(男性のみ)

各コース定員:1~3名
各コース時間:20~30分

9:00~15:00の間で、
ご希望の時間でご予約ください。

リラクゼーションの日 肩や腰などの疲れに!

当日受けられた方に、次回使える

500円OFF券プレゼント

随時受付
(予約可)

インボディ
In Body

骨格筋
脂肪

肥満
診断

筋肉
バランス

体脂肪量
バランス

フィットネス
スコア

インボディ測定で
あなたの体の状態を細かくチェック!

& セラピストとの面談お悩み相談会

むくみ改善ソックス &
リカバリーサンダル &
体幹スパッツ 販売中

試着
OK

上記商品を
ご購入の方に 回数券プレゼント

■ 1足ご購入→1枚 ■ 2足ご購入→3枚

ロコモK.O Day
当日限定入会特典

入会金 **0**円
(通常 税込 3,300円)

電子キー発行手数料 **1,100**円
(通常 税込 3,300円)

フィットネススクール **KIZUNA**

ロコモK.O 青葉台店

宇和島市宮下乙117-11

受付時間

火~金 9:00~20:00
月土祝 9:00~18:00

☎ 0895-49-5565

