

キレイに痩せたい方必見！！
失敗しない！正しいやり方！

3・4・5月開催！！

春の

ダイエット講習会

3月は…『お腹』やせ

筋肉をつけて脂肪を燃焼！

綺麗に痩せる簡単なトレーニングやストレッチを実際に体験し

自宅のできるエクササイズ、食事のとり方も聞くことができます！

3月12日(土)・24日(木)参加費：3500円(税抜)
10：00～講習 11：30～お食事「べっぴんジュース付」
定員10名 ※動きやすい服装で、タオルをお持ちください



★さらに！！講習参加者のみの特別特典★

講習後は美容整体や玉石ミネラル浴などの

☆3000円メニューが全て半額！（当日のご予約に限ります）

玉石ミネラル浴・小顔整体・肩回りケア・頭マッサージ・レッグケア・腸もみ・

パーソナルストレッチ・デコルテケア・プチフェイシャルエステ

☆半身トリートメント(上半身 or 下半身) ¥9,720→半額の¥4,860

【講師】

森大輔さん



株式会社チャレンジ 代表取締役
ニューメキシコ州立大学教育学部
アスレティックトレーニングプログラム卒
NATA(全米アスレティックトレーナー協会)認定
アスレティックトレーナー
タリトリストパフォーマンス研究所認定
ゴルフフィットネスインストラクターレベル3
王子製紙アイスホッケー部ヘッドトレーナー
金沢武士団メディカルコーディネーター兼トレーナー
金沢商業高校女子バレーボール部トレーナー

健康は家族の笑顔の源。
まるでおいしくスイマーと美しく。
アプサライは、痛みと無縁のじと体をご提案します。
アプサライ

住 所：野々市市御経塚3-278
TEL：076-213-5544
<http://www.apsalai.net/>

アプサライ

検索

