

はじめてのフィットネスを応援！

# フィットネスジム 見学体験会

**無料**

16歳以上対象



健康のためにジムに通いたいけれど、  
ジムって何ができるの？  
どんな運動をすればよいの？  
そんなお悩みを抱えている方へ朗報です！



**見学体験会なら、専属スタッフが全てご案内致します！  
約2時間のジム体験を安心して行って頂けます！**

## 《見学体験会 スケジュール》

10:30 オリエンテーション(開会式)  
10:45 トレーニング開始

成人無料バス運行中！  
見学体験会の時にご利用頂けます！  
バス停等はお相談ください。

- ①体組成分析 (身体の細かい数値を測ることによって効率的に運動出来ます。)
  - ②筋力トレーニング (初心者でも無理なく出来るトレーニングをご紹介します。)
  - ③〇〇トレーニング (無理のなく脈拍を上げて、良い汗をかきましょう。)
  - ④スタジオレッスン (初心者でも安心のレッスンに挑戦しましょう。)
- 専属スタッフと無理なく、約1時間トレーニングを行います。

11:55 トレーニング終了  
＜シャワールームやサウナも完備しております♪＞  
12:20 オリエンテーション(閉会式)  
12:30 終了

《持ち物》  
室内履き・運動の出来る服装  
飲み物・汗ふきタオル

**次回開催日は、7月15日(祝日)です！**  
完全予約制となります。7月13日(土)までにお電話ください。 ☎054-335-2234

☆見学体験会当日に入会手続きをすると…☆

## 入会金無料＋当月会費無料



レオリブレススポーツクラブ

TEL054-335-2234

〒424-0923

静岡市清水区幸町11-14

平日9:00～21:00 土曜9:00～18:00

日曜定休

