

GROUP LESSON  
OHAMA  
REMAKE BODY

7月3日（水）夏季コース  
スタート

あなたの目的に合わせた3つのコース

### Body care

水曜日 10:00



KAITO  
KATAOKA

痛みの改善、  
健康維持をしたい、  
運動習慣をつけたい方へ。  
日々の生活に関係する  
身体の正しい使い方  
を知ることができます。

レベル ★☆☆

### Basic

水曜日 11:00  
金曜日 10:00



SEIRA  
KOJIMA

全身を伸ばし  
インナーマッスルを鍛え、  
姿勢・腰痛改善、  
不調のない身体を  
目指します。  
運動が苦手な方でも是非。

レベル ★★★

### Standard

金曜日 11:00



YUNA  
GEN

体力向上、ダイエット、  
脂肪燃焼効果に  
特化しています。  
ご自身のエネルギーを  
最大限に発揮し  
疲れにくい身体作り。

レベル ★★★★★

料金：各コース ¥14,500-（全12回）

定員：先着20名様

※ご予約が合わない場合は他のコースへの振替可能ですので、  
スタッフまでお声掛けください。

※途中参加の場合の料金につきましては別紙チラシをご参照ください。

体験随時受付中 ¥1,000

お申し込みは1階フロントまで

☎072-225-4421