

5/16(水)19:30～21:30 トレーニング無料体験会+相談会 FASTGYM24上石神井店 限定

担当トレーナー



齋藤 勇人
Yuto Saitou

※各回定員：先着3名様ずつ

↓↓先生紹介ページはこちら↓↓



陸上競技などのスポーツ分野から、一般層の健康作りやボディメイクまで、幅広い層から支持を得ています。
1人1人の身体に合わせて身体のサポートを行っています。
健康で楽しく運動習慣をつけていきましょう！

日にち	①トレーニング無料体験会 ※要予約	②無料トレーニング 相談・アドバイス会
5月16日(水)	19:30-20:30	20:30-21:30
お申込みQRコード		予約不要

①トレーニング無料体験会

3名同時のグループセッションです。
※要予約(QRコードよりお申込み下さい。先着順)

②無料トレーニング相談・アドバイス会

上記時間内に常駐していますので、気軽にお声かけ下さい。
予約不要です。

※マシンの使い方/ダイエットの秘訣/食事について/正しいトレーニングフォーム/パーソナルトレーニングとは？
等々、遠慮なく聞けるチャンスです！！

※体験セッションは3名同時にグループで行います。

①トレーニング無料体験会に関しては、上記QRコードからお申込み下さい。
お問合せ⇒マイトレーナーズ 03-5404-4531

WEB: 

<https://www.my-trainers.jp/> マイトレーナーズ