

**5/22(火)19:00~21:00**

# トレーニング無料体験会+相談会

## FASTGYM24 大山店 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22日(火)	19:00-20:00	20:00-21:00
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