

# 夏バテしてませんか！？

## 熱中症を吹き飛ばせ！

### フロのアドバイスで、夏バテ防止を！！！！

## 安田トレーナー 8月の予定

- 8月1日(日) 10:00~12:00 (オリエンテーション実施日)  
12:00~14:00 (オリエンテーション実施日)  
14:30~16:00 (オリエンテーション実施日)
- 8日(日) 10:00~12:00 (オリエンテーション実施日)  
12:00~14:00 (オリエンテーション実施日)  
14:30~16:00 (オリエンテーション実施日)
- 12日(木) 12:00~14:00 (オリエンテーション実施日)  
14:30~16:00 (オリエンテーション実施日)
- 25日(水) 12:00~14:00 (オリエンテーション実施日)  
14:30~16:00 (オリエンテーション実施日)

上記は安田トレーナーの担当日になります。

それ以外の曜日の時間帯等に関しましては今までと変更はございませんが、スケジュールの調整が出来次第、日程を増やして行く意向です。

又、先日までオリエンテーションと通常トレーニングを別々の時間で設けておりましたが、お客様のご要望により定員5名様までならオリエンテーションと通常トレーニングを同時にご利用頂ける様になりました。

いづれも上記予定日に限り当日予約も出来ますので、フロントまでご確認下さいませ。

オリエンテーションとは新規の方への施設利用上の注意、トレーニングマシンの使い方説明、ビギナープログラム説明等を行います。トレーニングジムに興味のある方は、是非フロントまでお問い合わせ下さいませ。



### トレーナープロフィール

安田 忍

- ・鍼灸あん摩マッサージ指圧師
- ・法政大学硬式テニス部トレーナー

トレーニングから身体のケアまで何でもご相談ください。よろしくお願ひ致します。

## オリエンテーション 1枠最大5名様まで

## 料金500円



For Creative Sports Life  
SPORTS ZONE ZIP