

2018年の**目標設定**何にしよう...  
**どんな運動**すれば**効果**あるんだろう... ➡ そんな方に!!

# Let's try **体組成測定**

**日時** 2018年1/15(月)~1/31(水) ★★

期間内フィットネス会員様限定+目標設定・簡単な運動処方  
体組成測定を行い、自分自身の身体を知るところから始めましょう

1人1回 参加費無料 予約制(ジムカウンターにて)

★  
年の初めに体の現状をチェックしてみませんか?  
今年の目標を立て、新たなメニューを作成し  
会員様にふさわしい**オンリー1**の目標を立ててみませんか?  
☀