

ダイエットの第一歩目は現状を知ることから

肥満予防対策セミナー

体組成計を使い測定します。

体脂肪率・脂肪体重・除脂肪体重(脂肪以外の重さ)などの説明を行い、予防や対策のアドバイスをいたします。

開催場所:フィットネスプラザ・ロビー

講師:中垣 義成 **定員:**3名

参加費:630円

※施設利用料金のみでご参加いただけます。回数券利用可。

◆開催日◆

- ①2月25日(土)
16:30~17:00
- ②3月11日(土)
16:30~17:00
- ③3月25日(土)
16:30~17:00
- ④3月27日(月)
13:30~14:00

上記の開始時間の20分前に
フロント前に集合し、測定に
行きます。

◆予約開始日◆

開催日:2月18日(土)
店頭:12:30~
電話:16:00~

