

Re.TRY SCHOOL

いきいき ミドルエージ 健康教室

☆申込特典☆

ガンゼスポーツ岡山妹尾限定
施設利用チケット(4回分)プレゼント♪

日時

木曜日

14:00~15:00

期間

6月: 16日・30日

7月: 14日・28日

全4回実施

募集人数

定員: 8名

※最少催行人数: 2名

料金

9,900円(税込)

申込時にフロントにて頂戴いたします。

現金またはクレジットカードOK

担当講師



日本コンディショニング協会認定

プロフェッショナルコンディショニングトレーナー

佐々木 貴子

Re.TRY効果

① いきいき筋肉を手に入れる

使いすぎている筋肉は、【ふわふわ・もちもち】に戻すトレーニングを！
使えていない筋肉は、使えるようにするトレーニングを行います♪



② バイバイ！こり・はり！

関節の動きをスムーズに！！【こり・はり】などと縁のないカラダづくりをしましょう♪



③ 鍛える前に整えよう！！

正しく食べる♪正しく生活習慣をもつ！正しく運動する事で自身の体調を整えましょう♪

スクール実施について

●スクール実施期間 2022年6月～7月

- ・木曜日 14:00～15:00 担当インストラクター：佐々木 貴子
- ・6月：16日・30日 ・ 7月：14日・28日

●スクール実施回数

- ・全4回実施

*振替授業はございません。万が一、クラブ側の都合で休講となった場合は1回あたりの料金を算出し、返金致します。

*自己都合で欠席された場合の返金は致しかねます。

申込について

●申込場所 → グンゼスポーツ岡山妹尾

●申込時間 → 下記営業受付時間内

●申込期間 → 6/5(日) 11:00 ～ 6/15(水) 17:00まで

●募集人数 → 定員 8名 、 最少催行人数 2名

※募集人数未達により実施が見送りとなった場合

- ・実施見送りとなった旨をお電話にてご連絡いたします。
- ・申込料金は、全額返金いたします。

ご用意いただくもの

●申込時に必要なもの

- ・申込料金 ¥9,900 (税込)
- ・認印

●スクール当日に必要なもの

- ・室内シューズ (動きやすいもの) ・タオル ・飲み物 (水筒などキャップ付きの容器は可)
- ・動きやすい服装 (混雑緩和の為、事前に着用してご来館ください。)

※実施場所 → グンゼスポーツ岡山妹尾1F 「スタジオB」



営業時間

月～木	10:00～23:00
土	10:00～19:00
日・祝	10:00～19:00

休館日

毎週金曜日

駐車場

無料駐車場あり