

# 女性専用パーソナルトレーニングOPEN



仕事や家事や育児など、女性は様々なことに時間にとられてしまうもの。

自分のことが後回しになり、いつの間にか『理想の自分』を諦めがち…

いつまでも美しくありたい女性を女性専属トレーナーが強力サポート。短時間・短期間だから続けられる。

普段の忙しさを忘れ、トレーニングに集中できる環境。

あなただけのプライベート空間が、今始まります。

## ★無料カウンセリング開催★

### 北館開催

実際にセッションを行うトレーニングルームをご見学いただけます。

日程	曜日	時間				
7月19日	月	13:00	14:00	15:00	18:00	19:00
7月20日	火	11:00	12:00			
7月21日	水	12:00	13:00	20:00	21:00	
7月22日	木(祝)	13:00	14:00	15:00	18:00	
7月26日	月	13:00	14:00	15:00	18:00	19:00
7月27日	火	11:00	12:00			
7月28日	水	12:00	13:00	20:00	21:00	
7月29日	木	13:00	14:00	15:00	18:00	

※カウンセリングは各回1時間程度を予定しております。

※当日は体組成計の測定を実施いたしますので裸足になる場合がございます。

※当日までに日常のお食事写真(食べ物が写っているもの)を1枚以上ご用意ください。

※当日ご契約される場合は以下のお持物をご用意ください。

- ・身分証明書
- ・引き落としご希望口座(※トレーニング終了後も施設をご利用の場合にご登録いたします。)
- ・各コース費用

ご不明点がございましたら、メガロス立川・ACTYBase立川までお問い合わせください。