



1回 **30** 分

女性専用

サーキットトレーニング
「My-Fitプログラム」



2Fマルチスタジオ



お友達紹介 キャンペーン

紹介した方

&

紹介された方

紹介元・紹介先の方それぞれに下記よりおひとつプレゼント！ キャンペーン期間：～9/29(火)

①ペアストレッチ
10分延長チケット
(クラブ会員の方のみ)

or

②レンタルスペース1枠分 (25分)
無料チケット

or

③ミズノ製品
をおひとつ！

～プレゼント内容の詳細はチラシ左下QRコードよりご確認ください～

利用料

スポーツクラブ会員
成人スクール会員
ジュニアスクール会員ご家族

月額

¥

2,400

(税込)

どんな効果
があるの？



一般の方

月額

¥

4,800

(税込)

※ジュニアスクール会員ご家族・一般の方は別途登録手数料¥1,100をいただきます

無料体験実施中



★通常のレッスンと一緒に
ご参加いただきます
★所要時間45分程度

無料体験の予約は
こちらのQRコードから

こんな方におすすめ

- ☒ 運動習慣を身に付けたい
- ☒ 自分のペースで運動したい
- ☒ 短時間で効率的に運動したい

<お問い合わせ>

公財) 三菱養和会巣鴨スポーツセンター
TEL:03-3915-2711