

糖化度(AGEs)測定実施中！
ジムでエイジングレベルをチェック！

4月新プログラムのご案内

格闘技エクササイズで糖を消費
老化原因【AGEs】を減らせ！

シリーズ
第2弾

ウェル エイジング プログラム

Ageless ★ Martial

イメージ動画



色々なジャンルの格闘技動作を行うエキサイティングな有酸素運動です。体内の糖や脂肪を消費し、いつまでも若々しい【エイジレスボディ】を目指しましょう。

曜日	開始時間	場所	担当者
水	12:40	Bスタジオ	山本 結夏
水	20:25	Bスタジオ	中村 大翔
土	11:50	Bスタジオ	中村 大翔

ご不明な点は、お近くのスタッフまでお気軽にお問合せください