



ただ、寝てるだけなのに、からだ整う
もみほぐし&ストレッチ
夏の疲労回復
キャンペーン

着替え
不要

1階で
施術

疲れたままの日常を、リカバリーしよう。

料 金

無料

要予約

時

間

10分

カウンセリングを含め、
15分程度のお時間をいただきます。

内 容

お体に関する日々のお悩みをカウンセリングして1部位の施術をご体験いただきます。

予約方法

当クラブフロントにて受付(先着順)

\\ シックリ揉みとスッキリストretchで最高の気持ち良さ! //



Point 1

凝り固まった筋肉を
直接揉みほぐし、ストレッチ
するから 疲労回復がはやい!



Point 2

寝ているだけでOK!
リラックスしながら
不調を改善!



Point 3

専門知識を持った
トレーナーによる施術だから
安心してカラダを任せられる!

無料体験会日程

【大野PT】 9月10日(木) 12:30~12:45 / 12:45~13:

【野村PT】 9月14日(月) 11:30~11:45 / 11:45~12:



8月27日木曜日10時以降申込開始

ご予約は受付に

て

00

13:00~13:15/13:15~13:30

00

12:00~12:15/12:15~12:30

0

もみほぐし&ストレッチ 無料体験

8月27日10時以降受付開始

大野奈緒美パーソナルトレーナー						
9/10/2026						
曜日	時間	会員番号	お名前	連絡先	予約日	予約担当
木曜日	12:30～12:45					
木曜日	12:45～13:00					
木曜日	13:00～13:15					
木曜日	13:15～13:30					
野村朋美パーソナルトレーナー						
9/14/2026						
曜日	時間	会員番号	お名前	連絡先	予約日	予約担当
月曜日	11:30～11:45					
月曜日	11:45～12:00					
月曜日	12:00～12:15					
月曜日	12:15～12:30					

* 10分施術カウンセリング含め15分

* 実施場所は 1階パーソナルエリア兼ストレッチエリア

時間になったらその場所に来てください。前の枠の方が終わり次第実施

* 着替え不要とはしていますが、ストレッチ素材の動きやすい服装がオススメです

* キャンセル待ちをしたいという方がいれば下記の欄に記載してください

キャンセル待ち(希望者だけ) 前日までのキャンセルのみ連絡

日付	時間	会員番号	お名前	連絡先	予約日	予約担当
----	----	------	-----	-----	-----	------