

目指せ!!アクティブシニア “健康的に美しく”

限定会員  
30名募集

定員になり次第  
締切

# パーソナルトレーニング

完全予約制

L-FIT専属トレーナーによるマンツーマントレーニングです。

こんな方に最適です

お任せください!!



私達が担当します

- ☑フレイル（健康弱者）
- ☑健康を維持したい、体力をつけたい
- ☑ジムに通ったことがない
- ☑一人では長続きしない
- ☑自分に合った運動が知りたい
- ☑痩せたい、引き締めたい
- ☑ライフスタイルに合わせてスケジュールリングしたい



～お申し込みからトレーニングまでの流れ～

お申し込み

カウンセリング・入会手続き  
プログラム作成

マンツーマン  
トレーニング開始

次回予約

◎数か月で身体が改善していくことが実感できます。今すぐ始めましょう！

入会金5000円のところ

**0円**

管理費も  
**0円**

パーソナルトレーニング料

60分

**6,000円** (税別)

- ご夫婦、ご家族同時申込の割引プランもございます。
- 運転ができない、移動手段が無い方への出張トレーニングも承ります。  
※郡山市内限定とさせていただきます  
※別途交通費が発生します
- 健康経営を目指す事業所プランもございます。

体験トレーニング

—お1人様1回限り—  
なんと!

30分 **1,500円** (税別)

顧客満足度100%を目指し  
“健康的なカラダ作り”に貢献します

L-FIT宣言

お問い合わせ・お申し込み

健院L-CUB内 L-FIT八山田

TEL:024-991-1045

MAIL:l-fit@l-cub.jp

<営業時間>

- 平日・土曜 10:00～22:00
- 日曜・祝日 10:00～17:00

<定休日>

毎月最終日・年末年始

