

ダイエットスクール

お客様の声

3ヵ月ダイエットスクールに参加中です。
おかげで2ヵ月で4キロ体重が減りました！

事前カウンセリングから熱い個別指導で
より効率的にやせるための運動、食事のアドバイス付きです。

グループレッスンは悩みましたが、
病気をして健康になりたくてやせたくて
思いきって申込みました。

5名でしているのでくじけそうになっても
みんな頑張っているのも
私も頑張ろうと思う気持ちがいっぱい湧いてきます。
お互いに励まし合い、ぐちも聞いてもらって
合間に情報交換、おしゃべりが楽しいです。

また休館日の施設を5人だけで
利用出来るのも特別感があります。

特にイケメンの明るい萩原支配人の個別指導が抜群です！
詳しくていねいに熱のはいったご指導で
レッスンを受けながら毎回勉強になっています。

すべて個別指導してくださるので
筋肉に効く効果的なストレッチ、トレーニング
マシーンの使い方も毎回丁寧に教えて下さいます。

1ヵ月ごとの体組成計測定もあって
自分の体を客観的に分析できて
ダイエットスクール、楽しく通っておすすめです！