

からだ変身大作戦

2019

平成最後の数か月。
何かに挑戦してみませんか？

参加無料

16歳以上対象となります

1月7日(月)

~3月31日(日)

参加の流れ

①ご自身またはスタッフと一緒に目標を決め、宣誓文に記入しスタッフに提出。

宣誓文はジムまたは、フロント前にて2月28日まで配布中！



②目標に向かって、無理なく運動！



③3月に結果測定！
目標達成で、



ビンゴスタンプ獲得！