

スーパーシェイプアップサポートシステム

～やる気の火に油を注ぎます！ 目指せ1カ月-3kg～

この夏、本気になっているあなた！その炎に更に私たちが後押し全力サポートします。
“今年こそやせる”の実現を一緒に達成しませんか？！
あなたのやる気を応援する「スーパーシェイプアップサポートシステム(S4)」の導入です！

どんなことをするの？

- ①「**カウンセリング**」
運動目的を再確認します。
ケガや病気の確認。
- ②「**形態測定**」
身長・体重・体脂肪・筋量・骨量
基礎代謝量・胸囲・腹囲・腰囲
上腕囲・大腿囲等の測定。
- ③「**運動プログラム作成**」
測定結果に基づいた、目的達成できるよう運動提案をします。
- ④「**トレーニング&サプリメント!**」
運動と同時進行にサプリメントを
飲みます。運動効果倍増！

私たち2人が皆様をサポートします！

奥村 啓一
(財)健康・体力づくり事業財団
健康運動実践指導者資格保有
トレーナー歴 18年



谷口 真一
日本スポーツインストラクター教育協議会認定
フィットネスリーダー資格保有
トレーナー歴 11年

詳しくは
お問い合わせください

