

久しぶりにフィットネスルームを利用する皆様へ

いきなり体を動かすのは不安な方も多いのではないのでしょうか？

現在の健康状態の確認等を行い、トレーニングメニューを作成しています。

お気軽に指導員までお声かけください！

