

# NewFitness 出張スタジオレッスン

職場内研修、町内会、婦人会、子ども会、学校行事等の健康増進に！

健康維持・促進を目的に、NewFitnessインストラクターが企業様へ赴き、ボクシングエクササイズやダンス、自重トレーニングやストレッチをレッスンいたします。



LIFE GYM  
New  
Fitness

気持ちが輝く、カラダが輝く。



## 【必要なもの】

・運動できる服装、シューズ ・飲み物 ※ヨガマットや各種アイテムは、当クラブでご用意いたします。

## 【期待される成果と目標】

・運動不足やストレスの解消、健康意識の向上。

## 【費用】（何名様でも）

・6,000円（企業様にて会場をご用意する場合）／45分

・8,000円（NewFitnessでレッスンを行う場合）／45分

※NewFitnessで開催する場合は当ジムの休館日（月末2日間）に限ります。

お問い合わせ

八戸市城下2丁目11(イオンタウン城下内) TEL 0178-24-1515

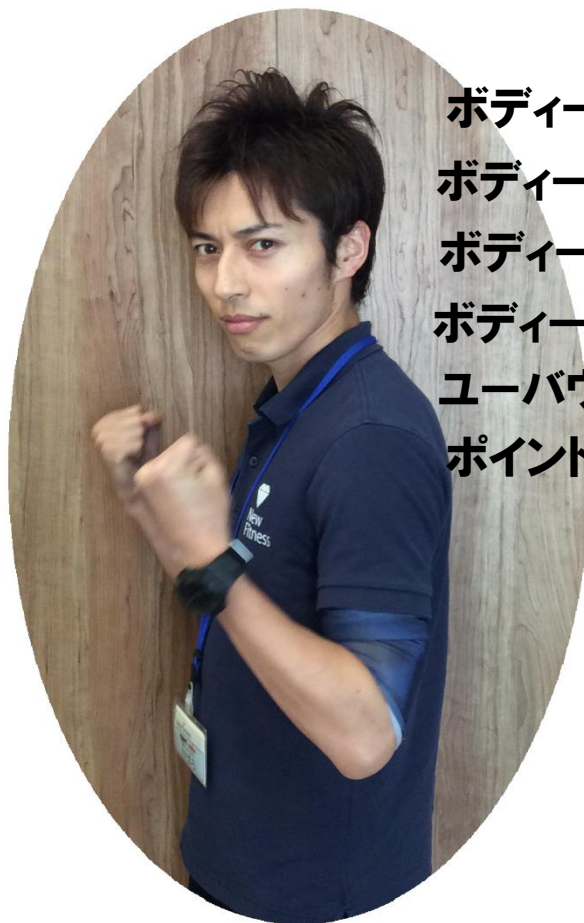
担当：かばら

# 【インストラクター紹介】



ボディーステップ  
ボディーアタック  
アースヨガ  
バイラバイラ  
ポイントシェイプ  
コアリラクゼーション

**たなぶ**



ボディーコンバット  
ボディーアタック  
ボディージャム  
ボディーバランス  
ユーバウンド※  
ポイントシェイプ

**かばら**



ユーバウンド※  
ボディーアタック  
ポイントシェイプ  
アースヨガ

**すぎさわ**

各プログラムの内容は、ホームページ内「スタジオ」をご参照ください。※ユーバウンドは、NewFitness館内でのレッスンに限ります。