

# NewFitness 出張スタジオレッスン

**職場内研修、町内会、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等へ赴き、**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**等をレッスンいたします。

## 【必要なもの】

- ・運動できる服装、シューズ ・飲み物
  - ・ヨガ、ピラティス等の場合は、バスタオル等を各自ご用意ください。
- ※その他のアイテムは、当クラブでご用意いたします。

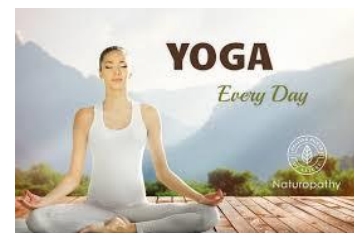
## 【期待される成果と目標】

- ・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）

- ・10,000円（企業様にて会場をご用意する場合）／45分
- ・12,000円（NewFitnessでレッスンを行う場合）／45分

※NewFitnessで開催する場合は当クラブの休館日（毎週金曜）又は日曜の午後5時以降となります



レッスンメニュー  
対応スタッフなど  
ご相談ください

お問い合わせ

弘前市城東北三丁目10-1(さくら野弘前4回)

TEL 0172-55-7025

  
LIFE GYM  
**NewFitness**  
気持ちが輝く、カラダが輝く。