

寒い冬こそマシンを使って運動しよう

期間限定 R7.11/15 ~ R8.2/28まで 実施中!



医療と運動が結びついた
メディカルフィットネス **METTS・やまと**

大竹駅・和木駅から

車で
約 **5** 分

期間内

6回利用で
3,000円
(1回あたり500円)

月・火・水・金

16:00~20:00
マシントレーニング
※希望者にはサポート付き

初回のみ予約制

16:00~18:00
(初回説明30分程度)

※マシンの使い方や
運動の疑問にお答えします

トレッド



エルゴ



ラットプルダウン



レッグプレス



※有酸素運動マシン5種類・筋トレマシン6種類+ダンベルがあります

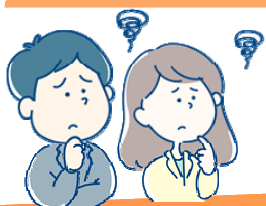
申込方法

下記番号にご連絡ください
0827-52-8601

持ち物

室内シューズ
飲み物・タオル

あなたに合うトレーニングを運動のプロに聞くことができる!



運動を始めたけれど何から始めればいいんだろう?ひとりじゃ続かないんだよね~
そんな方こそ是非METTS・やまとにお越しください!



←HPも
ご覧ください!

〒739-0615 広島県大竹市元町1-1-5 TEL: 0827-52-8601 定休日/日曜・祝日

【営業時間】月・火・水・金 9:00~20:00 木 9:00~17:00 土 9:00~12:00
※12:00~13:00は休館