

体の中から美しく!!

10/1  
[火]

# アミックススタジオ

新規

# OPEN!!

玉川学園前駅徒歩 2分

4~6名の少人数制

女性専用



## オープン記念入会キャンペーン

キャンペーン期間 10/26 (土)まで

入会金  
~~11,000円~~



0円



無料

## 体験会開催

2024年11月

火曜日 (5, 12, 19, 26日)

時間①10時~②11時~③13時~

木曜日 (7, 14, 21, 28日)

時間①10時~

ご予約はこちらから→  
※当日の持ち物は  
裏面をご覧ください



### ■ 下記プログラムを組み合わせたカリキュラム

- 体幹トレーニング
- 筋膜リリース
- 肩こり腰痛
- タオル体操
- 有酸素シェイプアップエクササイズ (音楽にあわせて)
- サーキットトレーニング (短時間で脂肪燃焼)
- 骨盤調整など
- ※イスを使用してのエクササイズも可能です

### ■ 月謝のご案内

月謝 8,800円 / 月4回 (50分 / 回)

セミプライベート  
レッスンで安心!



レッスンを動画に撮って  
LINEに送ってくれるので  
ご自宅でも繰り返し練習ができます

初回プログラムは…  
腸活トレーニング  
是非体験にきて下さい!!



玉川学園前駅校

アミックススタジオ玉川学園前駅校

TEL 042-785-5314

お電話または下記のメールよりお問い合わせください。  
2営業日以内にご連絡させていただきます。

受付: 火 10:00~19:00 / 水~金 10:00~20:00  
土 9:00~18:00 【休校日: 日・月】

✉ amicacademy@amita-debut.com  
町田市玉川学園 2-11-24 がくえん駅前ビル2F



イベント当日  
写真撮影を  
する場合があります。

※同意頂いた方のみ参加となります。  
※撮影した写真はチラシ等に掲載させていただく場合がございますので、ご了承ください。宜しく致します。

# 腸活するとどうなるの??

## 1 美肌になる

腸内環境が良いと、血液の循環がよくなり  
美肌効果が期待できます

## 2 便秘改善

腸内環境が良いと、腸が活発に動くようになり  
便秘改善につながります

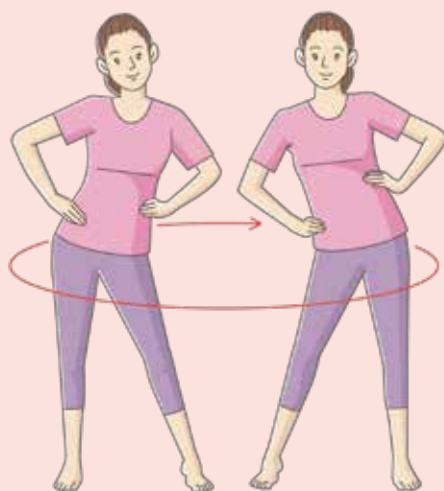


## 3 免疫力 UP

腸は免疫細胞があり、体に害のある菌や  
ウイルスを入れないために戦ってくれます

## 4 ポジティブ&気分が上がる!

幸せホルモンと呼ばれるセロトニンは  
その9割が腸内で作られています



## ご入会までの流れ

STEP

1

### 予約

2次元コードもしくは  
お電話にて  
ご予約を承ります

STEP

2

### 体験

レッスン開始の  
10分前にお越し下さい

STEP

3

### 入会

オープン記念入会金0円キャンペーン適応条件

※体験当日に月謝コースへお申込みいただくこと。入会后3ヶ月間は継続をお願いします。

### 体験会当日のお持ち物

- お財布
- 動きやすい服装
- タオル
- 口座の印鑑
- お飲み物

インストラクター  
**Ayumi**

トレーニング施設で8年間勤務後、現在は小学生向けのトランポリン体操、スタジオグループレッスン、ママさん向けのトレーニングサークルを立ち上げ活動中。

体幹トレーニング、筋膜リリースのレッスンを主に行っています。体幹トレーニングする事により、背筋がスッと伸び、肩こり腰痛が改善され、若々しい印象を与られます。私と一緒に楽しく運動して、健康な身体作りをしましょう!!!

