

# 訪問筋トレで皆様の運動不足を改善! お試し訪問1回無料!!

ボディメイクトレーナーが企業様に訪問し、筋肉トレーニングをさせていただきます。  
皆様の運動不足改善・筋力アップ・仕事効率アップ・社内の活気に繋がります。

## 訪問筋トレの内容

約30分間、BGMに合わせて誰でもできる楽しいトレーニングです。  
朝礼時・休憩時・企業様のご要望やスタイルに合わせてメニューを考案いたします。  
オフィスで座りながら・店内・工場内・屋外でも可能。  
ダイエット効果、筋力アップ・仕事効率アップ・眠気の解消・ストレス解消にも効果的です。

ご希望日程・お時間をご予約 **0721-26-8740**

受付(10:00~20:00)

お約束の日程にお伺いし、コミュニケーションと運動をさせていただきます。

※本契約については、(1回/週~)×1ヵ月~となります。(応相談)  
ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

## FAXでのお申込み **0721-93-6977**

記入欄に必要事項を記入し、FAXを送信してください。折り返しご連絡させていただきます。

(※ご希望日時が既にご予約済の場合は、変更をお願いいたします)

御社名

お電話番号

所在地

ご担当者様

### ご希望日時

ご希望日①	ご希望日②
月 日 ( )	月 日 ( )
お時間	お時間
: ~ :	: ~ :



#### 講師紹介

株式会社BESIDE 代表取締役 金岡広平  
ボディメイクのカリスマとして、大阪を中心に活動。  
楽しく分かりやすい指導で皆様に元気を与えます。

LINEお友達募集中!

ホームページ

