

新規メンバー募集中！！

最近、運動不足で
汗をかいて
スッキリしたい

肩コリ、腰痛が
ひどくなって
きたな～

ダイエットを
しようと思っても
1人で出来ない

オーダーメイド トレーニング

当研究所を利用した著名人

- ・武 豊 (騎手)
 - ・太田 雄貴 (フェンシング)
 - ・大畑 大介 (ラグビー)
- など約3万人のアスリート



オーダーメイド トレーニングの特徴

- ① トレーニング指導に**自信アリ**
- ② **医療法人が運営**で安全・安心
- ③ その人の目的に合わせた**オーダーメイドプログラムを実施**

内 容

- ① 血圧など今日の体調チェック
- ② 集団でストレッチ (準備運動)
- ③ 個別にマシントレーニング ★特徴
その人に合わせたメニューの作成
- ④ 集団でストレッチ (クールダウン)

料 金

- ・6,200円 (税込) (1,550円×4回分の回数券)
- 回数券は3ヶ月間有効

開 催 日 時

- ・毎週 火曜、金曜 AM10:00～11:30 (90分)
- ・申し込みは施設受付orTEL (*トレーニング教室とお伝えください)
- 営業時間 月～金 13:00～21:00 土 10:00～18:00

主 担 当



氏名: 石川 年恵
(いしかわ としえ)
経歴: 大阪体育大学出身
全日本女子バレー
トレーナー経験
資格: 健康運動指導士

新規メンバー募集
料金1,000円割引中
5,200円(税込)

医療法人貴島会 ダイナミックスポーツ医学研究所

住所: 大阪市中央区西心斎橋1-10-28 心斎橋Mビル2階

ダイナミックスポーツ

検索

TEL:06-6226-8846



- 地下鉄 御堂筋線・長堀鶴見緑地線「心斎橋駅」
南北改札口より徒歩 4分
- 地下鉄 四つ橋線「四つ橋駅」 ③番出口より徒歩 3分
- クリスタ長堀地下街 南③番出口エレベーターより徒歩 1分

健康体操教室

月曜コース

月曜日なら好きな時に利用できる回数券制！

※購入日から3ヶ月間有効です。月曜日以外は使用できません。

■時間 10:00～11:30

■料金 6,200円（税込） / 4回 （3ヶ月間有効）

木曜コース

■時間 10:00～11:30

■料金 4,400円（税込） / 月額

※どちらのコースも

動きやすい服装、飲み物、タオルをお持ちください。

下記をご記入の上、FAX06-6226-8847にご返送願います。
改めて、こちらから電話で確認をさせていただきます。

| | | | |
|-----------------------------|---|---|---|
| 希望コース ※希望コースにチェックをお願いします | オーダーメイド トレーニング <input type="checkbox"/> | 健康体操教室 月曜コース <input type="checkbox"/> | 健康体操教室 木曜コース <input type="checkbox"/> |
| フリガナ | | | |
| 氏名 | | | |
| 電話番号 | | | |
| 住所 | 〒 | | |

電話での受付もしております。TEL: 06-6226-8846
営業時間 月～金 13:00～21:00 土 10:00～18:00