

8月より
体験会
開始!!

●実施店舗●
新宮店、若松店
若松スタジオ店

トランポリン エクササイズ

地域
初登場!!

新感覚!



- ### トランポリン運動による 12のメリット
- ①運動効率が圧倒的に高い
 - ②ダイエット効果がある
 - ③リンパの流れが良くなり美肌効果がある
 - ④便秘解消効果がある
 - ⑤全身の筋トレ効果が得られる
 - ⑥関節への負担が軽い
 - ⑦骨が鍛えられる
 - ⑧白血球が増加して免疫力が高まる
 - ⑨バランス感覚が高まる
 - ⑩姿勢の改善
 - ⑪ストレス解消に
 - ⑫楽しく継続しやすい
- ※個人により効果に差が生じます。