

待ちに待った暖かい春ですね。気分がいいですね！

4月です。桜も「二」数日の暖かさで一気に満開を迎えています。気分がいいですね。さあ、新年度です。気持ち新たにトレーニング・ダイエット・体質改善に頑張りましょう。私も精一杯お手伝いさせていただきます。

この春は「美脚ダイエット」がおススメです

これまで「下半身専門ダイエット」コースとしてご紹介していましたが、この4月より「美脚ダイエット」と名前を変えてご紹介しております。

下半身のダイエットを実現しながら、**〇脚や骨盤の矯正**を同時に行い、また体幹のトレーニングにもなりますので、**お腹周りも一緒に引き締まっていきます。**

通常の筋力トレーニングとは全く違う特殊なペーパー



トレーニングで、あなたの全力を引き出して効果を最大に高めています。ぜひ一度加圧トレーニングで体験してみてくださいね♪

重曹にもチャレンジしてみませんか

先日ご紹介していましたが「クエン酸健康法」はもうトライされましたか。疲れが取れる、アレルギーが軽くなるなど、いろいろな変化を感じて頂けたのではないかと思います。今回は重曹です。重曹をお風呂に入れたり、歯を磨いたりします。飲むのもアリみたいですね。ぜひお試しください。

COCORO のダイエット



院長 佐野
昭和44年生まれ
自称34歳 男性
わずか 45日間で
体重 -9.0kg
体脂肪 -6.0%
ウエスト-10cm

私が心を込めて成功へ導きますよ♪

あなたの**希望**と**ご予算**をしっかりと伺いしてから、**ベストなメニュー**をお見積もりしています。ぜひ一度カウンセリングを受けてみませんか。

ダイエットカウンセリング
30分から60分程度 2,000円



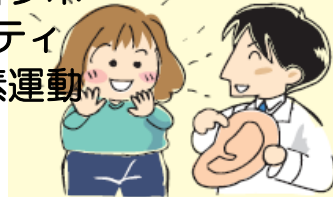
いつものメニューも お願いします♪

加圧トレーニング

整体・足ツボ・耳ツボ

腸もみ、マタニティ

妊婦さん、有酸素運動
などなど。



いろいろ組み合わせても

60分 4320円
30分 2700円



パーソナル トレーニング COCORO

稲沢市小池2丁目13-14 (南大通沿い)

0587-32-1166 (予約優先)

営業時間 8:00 ~ 23:00

土日祝営業します 定休日: 火曜

新HP <http://cocoro555.com>



宜しくお願いします

お友達登録はこちら



院長 佐野義春です

実は46歳 岡崎市出身 岐阜大学卒業

趣味ゴルフ・スポーツ観戦、スピリチュアル

どちらかという寒い方が苦手な私は、この暖かさが本当にありがたいです。おかげさまで花粉も今のところ大丈夫ですので、またゴルフや筋トレを始めようかと思っています。皆さんはこの春、何を始めようかとされていますか？

ダイエットなら私にお任せくださいね！！