



毎日の家事も

楽しいおでかけも

いつものお仕事も

ウォーキングだけでは体は強くなりません

短期集中4ヶ月

動ける体を
ゲット

体の変化、実感の声多数!

体力を回復して「貯筋肉」をはじめよう!

日常生活を快適に!



50代・60代の方大歓迎
これからの20年のために

落ちた体力を回復させ、行動力を取り戻そう♪

予約制でマンツーマンで、サポートしますので、運動をしたことがない方も安心して継続的に進められます。

体力がおちた、歩幅が狭くなった、つまずく、階段の上り下りが億劫、手足が痩せてきたなどは運動をする事で目に見えて改善します。4ヶ月で体の変化を感じてください。



ワンコイン体験もあります!お試しください!

シェイプジムカリフォルニア

「チラシを見た」とまずはお気軽にお電話ください

予約制

0952-29-2855

入会金不要

4ヶ月/週2回(45分×32回)/128,000円



※13時～15時は閉館

営業時間	月	火	水	木	金	土	日祝
火曜～金曜	×	10時～23時営業					×
土曜日	×	10時～20時営業					×

住所 / 〒840-0023 佐賀市本庄町袋325-3
南部バイパスすき家近く