

# スポーツクラブアドヴァンスむそた 第9期ダイエットコントロール

## Q・ダイエットコントロールって何？

A・当社オリジナルのダイエットプログラムです。従来の参加者の9割以上がダイエットに成功しています。約3ヶ月(週1回×10回)の集中ダイエットを目的としたプログラムで、一時的に痩せるのではなく、プログラム後も太りにくい体質を目指します。ご自分でダイエットをして失敗されたことのある方や、これからダイエットを始めようと思われる方は是非このプログラムにご参加ください。

## ダイエットコントロール参加特典



様々なシーンで  
(ながら) トレーニング



家事しながら 仕事しながら 休憩しながら

**腹筋ベルトプレゼント！！**  
**日常生活から引き締めよう！！**

実施期間：2024年10月9日(水)～12月21日(土)

1部 毎週水曜日10:15～11:15

2部 毎週金曜日18:30～19:30

3部 毎週土曜日16:30～17:30

定員：各部2名

※上記の日程が合わない場合はご相談下さい。

場所：アドヴァンスむそた 2Fマシンジム

運動指導/生活指導担当

殿最裕太 財団法人健康・体力づくり事業財団認定 健康運動指導士  
中尾くみ アドヴァンス・ストレッチインストラクター

受付開始：2024年9月25日(水)10:30～

**参加料金**  
**会員16,800円(税込)**  
**会員外24,750円(税込)**

気になる方は是非お問い合わせください！

さらに詳しく知りたい方は  
右のQRコードからご確認  
ください。



チェック！

ADVANCE  
スポーツクラブ アドヴァンスむそた