

ワンランク上を！ 運脳教室！



**4月は無料
体験実施！
お一人2回
受講できます。**

運動に慣れてきて、違う刺激が欲しい！

認知機能を向上するためのプログラムが欲しい！

年齢と共に変化したぽっちゃり体型を何とかしたい！

さあ！あなたの脳に
新しい刺激を与えよう！

もし、ひとつでも当てはまるなら、これはあなたのためのプログラムです！

運脳教室とは？

POINT 1

4Kgの筒状の重り(Vipr)を利用した、バリエーション豊富なエクササイズができる！
アスリートから高齢者まで適応できる最新ツールを利用し、基礎運動のスムーズ化、基礎代謝アップ、柔軟性向上、健康的に若々しい身体を作りあげます。

POINT 2

シナプソロジーインストラクターによる脳活性化プログラムが体感できる！
『脳への血流を上げることがカギ！できないが良い事！』
毎日同じ生活の繰り返しは脳血流を低下させます。
プログラムを実施する事で、混乱しながら楽しみ、認知力、判断力を向上させます。

POINT 3

運動と脳活動の活性化は全身血流の向上につながり、エネルギー消費量を増加させます！
運動の基本動作の向上は日常生活の動きに反映されやすいのです。
エネルギー代謝が向上し、動きの悪い部分の活動増加は関節の動く範囲を増やしてくれます。
脳の活性はコミュニケーション能力、手の巧緻性など、全身活動量の向上につながります。

開催スケジュール

4月～全8回実施。

3日(火)、5日(木)、10日(火)、12日(木)、17日(火)、19日(木)、
24日(火)、26日(木)

時間：13時30分～(約1時間)

場所：BodyDesignProject スタジオ

定員：各日程 **定員8名(先着)** 4月限定無料 **お一人2回受講可能**

今すぐお電話にてお申込み下さい！

TEL 0587-74-6600

留守番電話になった場合は折り返しご連絡させていただきます。必ずお名前・ご用件を残してください！

