

成功のカルテ 30代 O.Yさん

How to 筋膜リリース90分

回数 1回

Success くびれができてヒップラインが上がった

変化が分かるから楽しい
話題の“筋膜リリース”でサイズダウン

リピート率90%以上、同業者も通うほどの高い技術力が魅力のルーチェ。「こんなに変わるの?」と即効性を実感したい人にお勧めの筋膜リリースは、筋肉と骨の間にある筋膜をはがし、血流を良くするマッサージ法。これを“5回で結果を出す”ために開発された「McCoy」のクリームを使って行うから効果絶大! 完全個室の空間で癒されながら理想のスタイルに。

Menu

- 筋膜リリース90分 初回9,800円
- アロマボディ60分 初回5,500円
- アロマボディ90分 初回7,700円

特典 「シティライフを見た」で

- 筋膜リリース90分 500円OFF
- アロマボディ90分 500円OFF

(6月末まで・初回限定・他券併用不可)

吹田 Luce by Varma (ルーチェバイヴェルマ)

吹田市江坂町1-23-43
 ファサード江坂ビル1F
 営/10時~21時(最終受付19時)
 月曜、第2・3火曜定休

06-6337-8608

成功のカルテ 40代 Tさん

How to ダイエットヨガ

期間 3ヵ月

Success ウェスト-4cm
体重-3kg

代謝UPで脂肪を燃焼
ヨガでつくる痩せ体質

夏直前、本気のダイエットヨガコースに受講が集まるという同スクール。ボディライン作りに特化したピラティス、ハード系のアナトミック骨盤ヨガなど選べるコースは10種類以上。大量の汗をここで流し出し日頃味わえない充実感を体感してみてください。

Menu

- 1ヶ月フリーレッスン 8,000円
- 1ヶ月4回コース(上記レッスン60分) 6,500円
- フェイシャルエステ(40分) 3,300円~

特典

「シティライフを見た」で、トライアル当日入会の方

- 入会金3,000円 → **無料**
- 体験レッスン2回(60分/回) → **1,000円**に

※2週間以内に消化(6月末まで・新規の方のみ)

YOGA STUDIO Nitya
 (ヨガスタジオ ニティア)

箕面市西小路2-6-10-3F
 営/9時半~レッスン終了までPあり

072-747-3014
 (電話受付9時半~19時半)
 http://www.yoga-nitya.com/

ニティア 箕面 で検索

成功のカルテ 40代 Kさん

How to キックボクササイズ

期間 1ヵ月

Success 体が引き締まった

全身運動でき、程よく筋肉もつきますので、自然とシェイプアップ、ボディメイキングが出来てるって感じます。むしろ楽しくはまっちゃいました。

リズムに乗って楽しくエクササイズ
全身を引き締めて美ボディに

4月にオープンしたキックボクシングジム。女性講師が行う「キックフィット」がおすすめで、暗くした空間でダンスミュージックに合わせてエクササイズする。パンチもキックも手打ちでなく、体幹の軸を作るので知らず知らずのうちに全身運動になっていて、消費カロリーが高い。しかも音楽にのって、楽しく時間もあっという間。ミット打ちもあり、とにかく気持ち良くてストレス発散もでき、ハマる人が多いのにも納得! 本格キックボクシングジムなので、子どもから大人まで一般練習や選手育成もしている。

Menu

- DAYタイム 13時半~16時 / NIGHTタイム 18時~22時
- DAY会員 9,720円
- NIGHT会員 10,800円
- 週1会員 6,480円

特典

「シティライフを見た」で

- 入会金16,200円 → **10,800円**に

(6月末まで)

NEW OPEN

吹田 医療機関提携サロン ファニービー

http://www.funny-bee.jp/
 ゲストの喜びの声はHPに掲載!
 今すぐチェック

吹田店 06-6386-0013
 吹田市片山町1-6-23
 グランロゼビル2F
 JR吹田駅東出口から徒歩1分
 営/月曜~金曜11時~20時
 土曜・祝日10時~18時
 日曜定休 Pあり

茨木本店 072-645-1107
 茨木市西中条町1-1
 ハタセビル3F
 JR茨木駅から徒歩1分
 営/月曜~金曜11時~20時
 土曜・祝日10時~18時
 日曜定休 Pあり

成功のカルテ 40代 Nさん

How to キャビリポスリム+食事アドバイス

期間 2ヵ月

Success 服のサイズ13号→9号

全国ダイエット大会で優勝実績のあるお店と聞いて納得でした。ハンドとマシンの合わせ技と食事サポートだから痩せれたと思います。

創業36年の実績で美ボディへ導く
短期間で結果が出ると定評の痩身術

「こんなにしてくれるの?」と内容の濃いキャビリポスリム。ハンドの技で骨格調整を行って老廃物を流し痩せやすい体に。さらにラジオ波・キャビテーション・LEDの3つ同時の施術で脂肪を落とすので1回で5~6回分の痩身効果を実感! また、食事や生活習慣も見直しマンツーマンで指導してくれるのでリバウンドせず健康的に美しく痩せられる!

Menu

- キャビリポスリム(150分) 通常35,640円 → **5,000円**
- まつ毛パーマ 通常2,160円 → **1,620円**

(6月末まで・要予約・初回限定)

特典

「シティライフを見た」で

- キャビリポスリム(150分) 通常35,640円 → **5,000円**
- まつ毛パーマ 通常2,160円 → **1,620円**

(6月末まで・要予約・初回限定)

吹田 医療機関提携サロン ファニービー

http://www.funny-bee.jp/
 ゲストの喜びの声はHPに掲載!
 今すぐチェック

吹田店 06-6386-0013
 吹田市片山町1-6-23
 グランロゼビル2F
 JR吹田駅東出口から徒歩1分
 営/月曜~金曜11時~20時
 土曜・祝日10時~18時
 日曜定休 Pあり

茨木本店 072-645-1107
 茨木市西中条町1-1
 ハタセビル3F
 JR茨木駅から徒歩1分
 営/月曜~金曜11時~20時
 土曜・祝日10時~18時
 日曜定休 Pあり

ほうれい線解消 シワ取り

最新のシワ取り注射「アルカミド注入」
 シワの長さ1cmにつき7万円(税別) **新価格 効果5年以上**

- 眉間や額、ほうれい線・ゴルゴ線・マリオネットライン(口角の下)などの深いシワを解消し、ハリのある若々しい肌を作ります。
- 加齢によるコケた頬や凹みなどに自然な膨らみと輪郭を回復することができます。
- 効果は5年以上持続し、施術後すぐに効果が出ます。注射のみの施術で時間は10分程度です。

痛みや出血を抑えるマジックニードルを採用

ワキガ・多汗症 完全完治手術
 あさひ式 皮下組織剥離法 両ワキ38万円(税別)

アキアフィリング
「アキアフィリング」
 アキアフィリング 1cc 2,500円(税別)
 ※現金・カード両方、それ以外3,000円(税別)です。
 柔らかさ、触った感じがとても自然で、5~8年の長期的な持続効果。

頬、アゴ、首のタルミ取り
 あきらめていませんか?
 あさひ美容外科では80才以上の患者様もたくさんいらっしゃいます。

あさひ美容外科 全国9院共通 携帯OK 0120-889-480

大阪梅田院 阪急梅田駅 東へ徒歩5分
 大阪市北区堂山町17-15 若原ビル4F

HP: www.asahi-biyoun.or.jp

成功のカルテ 40代 Oさん

How to ホットヨガフルタイムプラン

期間 4ヵ月

Success むくみが取れて体重-5kgに!

ダイエット&美肌が叶う
まずは手ぶらホットヨガ体験を

銀イオンチームで清潔かつ美肌効果も期待でき、また遠赤外線床暖房完備で身体が芯から温まる同店のホットヨガ。整理券制で予約不要、ヨガマットではなくバスタオルでもOKなので気軽に始めやすいのも嬉しい。ピラティスや背中スッキリヨガなどレッスンも豊富、まずは体験から。

Menu

- フルタイム 9,180円 (1ヶ月レッスン受け放題※1日1レッスン)
- デイタイム 7,560円 (平日9時~18時受け放題※1日1レッスン)
- マンスリー4 6,480円(月4回)
- デイタイム4 4,860円(月4回※平日9時~18時)

特典

- 手ぶらでホットヨガ体験(タオルセット、ウェア付) **980円**

さらに「シティライフを見た」で

- サンプルセット(化粧水・乳液・シャンプー)をプレゼント(6月末まで)

江坂 Hot&Shape CALDO江坂 (カルド)

吹田市豊野町9-15 日本興業ビル2F
 ※江坂駅直結、南改札口徒歩10秒
 営/平日9時~22時半
 土曜・祝日9時~20時
 金曜休館

06-6380-2200
 カルド江坂 で検索