

これで夏の薄着も怖くない!

魅せるカラダに Body Making

ボディメイキング

ボディラインがあらわになりがちな薄着の季節が到来。理想の姿に向けてボディメイキングをすれば「気になる」を吹っ飛ばして夏をもっと楽しめるはず。自分に合った方法でボディメイキングにトライしてみませんか。

※効果には個人差があります。

成功のカルテ

40代 けいこさん

【項目】 最新キャビテーション + オールハンド 全身デトックス	【期間】 1.5カ月(6回)	【効果】 ウエストが-6.2cm サイズダウン
--	-------------------	-------------------------------

通っている娘がどんどん綺麗になっていくのを見て、通うことに。結果ズングリしていた見た目がスッキリ、明らかに服を着たときのラインが違います! 蓮田さんは無理強いないし、完全個室でゆったりできる、私にとってご褒美です。



「この夏ゼットイ瘦せたい人が来て」
体質改善で結果重視サロン

「ここで瘦せないなら何やっても無理!」とゲストからは声が上がると頼れるサロン。グイグイと凝り固まった老廃物や脂肪を押し流す手技と、脂肪を溶かし「切らない脂肪吸引」といわれている最新キャビテーションを使い、「確実にお腹がスッキリした」「気になっていたセルライトがなくなった!」と評判。1対1の完全予約制で「誰とも会わないように」リラックスできる空間も嬉しい。

クリニック併設サロンに勤務した経験と、独学での豊富な身体・美容に関する知識をもちリバウンドしない、根本から体質改善を叶えてくれるという。

白を基調とした落ち着いた空間。アメニティも充実。

成功のカルテ

48才 まゆみさん

【項目】 パーソナル トレーニング	【期間】 1カ月	【効果】 -4キロ、 お腹周りが 明らかに スッキリ!
-------------------------	-------------	---



「痩せ」に必要な筋肉をつけて
マンツーマンでTシャツの似合う体へ

「痩せるにはジョギングもウォーキングも逆効果! 筋力が1番」とオーナーの西川さん。柔道整復師として10年、トレーナーの資格も持つ。1回3,500円の良心価格でみっちり指導してくれ、30分でもしっかり効果が。「自己流で失敗ばかり」「年齢とともに何故か痩せない」人にオススメ。

パーソナルトレーニングジム
At first
(カラダケア整体院併設)

茨木市稲葉町11-17
営/9時~12時 15時~21時(最終受付20時半)
火曜・日曜午後定休 祝不定休 完全予約制

072-652-7627
https://atfirst-ibaraki.com

1. 身体を動かすことで気持ちもリフレッシュ!
2. 食事指導も行って、トータルでサポートしてくれる。

- Menu
- 入会金 20,000円
 - パーソナルトレーニング 1回3,500円
- 特典
- 「シティライフを見た」で
- 体験1回 3,500円 → 2,000円
 - 入会金 20,000円 → 10,000円 (6月末まで)

高槻 Amelio (アメリオ)

高槻市芥川町2-14-21
サージュビル本館4F 406
(ソフトバンク高槻西口店上)

営/9時半~21時半 6月無休 完全予約制
JR高槻駅徒歩4分 近隣コインPあり

072-647-4340

アメリオ 高槻 で検索

特典

「シティライフを見た」で

- オールハンド全身デトックス+最新キャビテーション 21,600円 → 10,800円
- <最新>筋膜リリース... 21,600円 → 9,800円
- オールハンド全身デトックス 初回6,800円

(初回、新規のみ、要予約、6月末まで)

成功のカルテ

40代 Tさん

【項目】 痩身マシン “痩身モンスター”	【期間】 2カ月	【効果】 後ろ姿印象が 10歳若返った
----------------------------	-------------	---------------------------

自分では何をしても痩せなくて……後ろ姿が完全におばさんだった私。2ヵ月でボディラインも理想に近づき、「こんな変わるなんて」と驚きです!

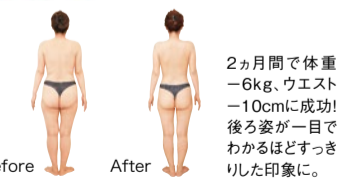


37周年・最新マシンが特別価格で
加齢に伴うガンコ肉を撃退

背中、腹まわりのブラ・パンツに乗ったハミ肉…。おさらばしたいなら、創業37年ダイエットコンテストで優勝実績のある同店へ。全スタッフが「今1番結果が出る!」とイチオシしているのが、北摂初に導入したマシン「痩身モンスター」だ。①キャビ②ラジオ波③吸引④EMSと4つの技でアプローチ。最高レベルのハイパワーで効率的に脂肪を分解、燃焼。マシンだからこそ叶うリズミカル吸引で癒着した筋膜をはがして脂肪を流す。筋肉や脂肪が固くて燃えにくい人でも効果的に代謝UPできるそう。他にも豊富な痩身メニューから、身体状態を見て提案してくれる。1度相談を!

【痩身モンスターのハイパワー3ステップ】

- ①【特殊超音波で溶かし出し】
25kHzのハイパワー超音波で細胞に集中アプローチ! 脂肪細胞が振動し減少・流れやすくなる。
- ②【ラジオ波で徹底燃焼】
ラジオ波によるあたためで、硬くて落ちにくいセルライト&内臓脂肪が柔らかくなり、燃焼・血行促進&代謝UP!
- ③【吸引&EMS】
脂肪を吸引しながら、EMSの筋肉刺激でさらに奥の脂肪も立体的に揉みほぐし、排出を促す。



2ヵ月間で体重-6kg、ウエスト-10cmに成功! 後ろ姿が一目でわかるほどすっきりした印象に。

特典 「シティライフを見た」で

- 痩身モンスター(70分) 37周年特別価格 3,700円(先着5名限定)

■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

■吹田店 06-6386-0013
高槻市城北町2-2-1 小路ビル3F
阪急高槻市駅から徒歩1分
※城北通り入ってすぐ3F
営/月曜~金曜11時~20時
土曜・祝日10時~18時
日曜定休 完全予約制

成功のカルテ

40代 Mさん

【項目】 60分間 グループ フレスス	【期間】 2カ月間	【効果】 お尻周りの変化を 実感! 日頃の ストレスも スッキリ!
------------------------------	--------------	---



夏に向けて楽しく脂肪を燃やせる
フィットネスキックボクシング

会員の半数は女性なので、女性1人でも気軽に参加しやすい未経験者向けのスクール。ミットにパンチやキックを打ち込む全身運動で程よく筋力がつくうえに、代謝も高められてストレス発散にも効果的。ヒップアップエクササイズをレッスンの最初に行うので、お尻の筋肉が効率よく使えるようになるのも嬉しいポイント。まずは電話かメールで特典のワンコイン体験レッスンのご予約を!

Menu

- 月会費(定額制)月4回土曜日 5,200円
前半 60分 グループフレスス
後半 40分 フリートレーニング
- ※別途入会金6,000円、スポーツ保険料(年1回)2,000円。

特典

「シティライフを見た」で(7月末まで)

- 体験レッスン参加料 通常1,500円 → ワンコイン500円
- 当日入会の場合、さらに
パンチグローブ(3,200円相当)プレゼント
+入会金 1,000円OFF

高槻 M・Iキックボクシングスクール
(エム・アイキックボクシングスクール)

高槻市高槻町14-23
高槻センター街ビル2F
営/月4回土曜 19時45分~21時25分
(最大1時間40分)

06-4394-7911
Mail: mikick201537@gmail.com

高槻 キックボクシングスクール で検索

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!

■高槻店 072-672-5520
高槻市城北町2-2-1 小路ビル3F
阪急高槻市駅から徒歩1分
※城北通り入ってすぐ3F
営/月曜~金曜11時~20時
土曜・祝日10時~18時
日曜定休 完全予約制

■吹田店 06-6386-0013