



参加費無料

はじめて ジムツアー

マシンの選び方や操作方法、
ジムでの過ごし方など、
「はじめて」の不安を解消します。
お気軽にご参加ください。

ツアーの流れ

スタジオ 集合

STEP 01

ご挨拶のあと
軽いストレッチを
行います。



STEP 02 マシンの使い方
をご案内

4種類の
おススメな
マシンをご案内

スタジオで 解散

STEP 03

あなたに合った
運動プランの
アドバイス。



実施日時

毎週 火曜日

11:15~11:45

毎週 水曜日

18:45~19:15

申込方法

レッスン予約システムにて
ご予約をお願い致します。

「@030lixom」より大崎公式LINEアカウントを追加して頂き、
「レッスン予約システム」の新規登録をお願い致します。

※新規登録が完了しましたら予約ができるように
作業を行いますので、大崎店まで
ご連絡を宜しくお願い致します。

TEL:03-5496-0827