

運動不足 体重増加 お腹まわり 体型の変化 血圧 腰 ひざ 体力

が気になる方

いつでも好きな時に使える

# 2週間おためしチケットプレゼント



## お腹の脂肪を燃やそう!!

予約不要  
パッと行ける

1回30分  
サッと帰れる

脂肪燃焼効果は  
ウォーキングの約3倍<sup>※1</sup>

※1 ベイラー大学の研究結果に基づきカーブスジャパンが算出。消費カロリーには個人差があります。

～ 気軽に1回でも! しっかり2週間でも! ～

まずはお電話を!

※カーブスでは感染予防対策を徹底しています。※店内ではマスクの着用をお願いしております。

# ☎ 059-369-2006

【受付10:00～19:00】

女性だけの30分健康体操教室  
**カーブス南玉垣**

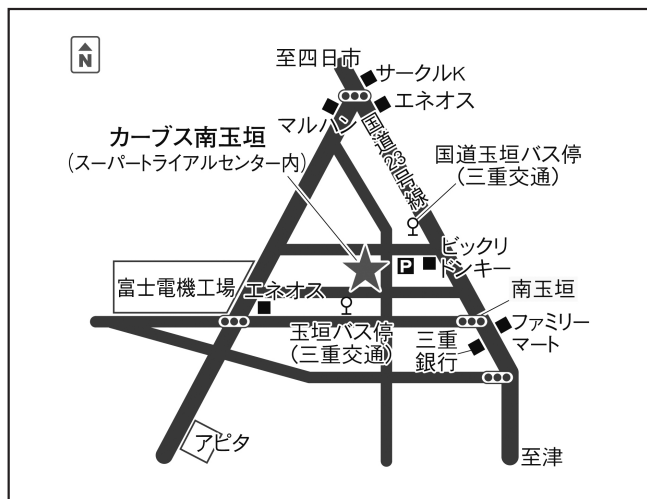
**7月13日(火)～7月31日(土)**

WEB申込

受付期間

[午前]10:00～13:00 [午後]15:00～19:00

※日祝を除きます。土曜は午前のみとなります。  
※混みますので、お早めにお電話にてご予約ください。



三重県鈴鹿市南玉垣町7074  
国道23号線沿いスーパーセンタートライアル玉垣店内  
駐車場は共用駐車場をご利用いただけます。

●カーブスは月会費制の女性専用の体操教室です ●「カーブス2週間おためし」の内容と「カーブス健康体操教室」については裏面をご覧ください ●ストレッチ体操や機械を使った簡単な体操を行います(約45分) ●継続利用する際の割引特典や入会についてもご案内させていただきます ●他のキャンペーン・特典との併用はできません ●お1人様1回限り、現会員の方は対象外とさせていただきます ●初回のご来店時にカウンセリングが必要となります(要予約・カウンセリングは2週間に含まれません) ●「2週間おためし」の有効期限は1回目のご利用から12営業日以内です ●「2週間おためし」は一部実施していない教室があります

運動不足 体重増加 お腹まわり 体型の変化 血圧 腰 ひざ 体力  
が気になる方

# 『ムリせず、がまんせずに**効果**がでる』そのヒミツは…!?

- ① コーチに**すべてお任せ**ください♪
- ② **パツ**と行って、**サツ**と帰れるから  
いつもの生活に**組み込める!**
- ③ 効率的なプログラムだから  
**短期間でカラダが変わる**☆

- コーチがサポート
- 1回30分
- 予約不要
- 店舗数 No.1<sup>※1</sup>
- ×3** 脂肪燃焼効果はウォーキングの約**3倍**<sup>※2</sup>

※1 自社調べ  
※2 ベイラー大学の研究結果に基づきカーブスジャパンが算出。消費カロリーには個人差があります。

## 論より証拠!まずはお声をご覧ください

はじめて  
**ムリなく運動**ができた!  
カーブスに出会えてよかった!

これまでジムにも通いましたが、時間がかかるし、つらいし、私には向いていないと思っていました。カーブスは1回30分で、仕事帰りに通えます。簡単な運動で、全然つくありません。それなのに瘦せられて、本当によかったです!

カーブス歴2年  
由美子さん 53歳



体重が減って、  
飲んだり食べたりしても  
リバウンドしていません!

ただの運動不足解消のために来たのに、体重が減るなんて本当にびっくり!お酒が好きなので飲んだり食べたりしていますが、リバウンドせずに維持できています。

カーブス歴3年4ヵ月  
由美子さん 57歳



お腹まわりすっきり。  
オシャレな服を  
楽しめるようになった!

お腹まわりがすっきりしました。昔はお腹とお尻を隠すようなダボッとしたものを着ていましたが、今はくびれができたので、ラインが見えるようなオシャレな服を楽しめるようになりました。

カーブス歴2年7ヵ月  
千恵子さん 60歳



※個人差があります。※カーブスでの運動とともに日常生活に注意した結果です。

いつでも好きな時に使える

# 2週間おためし チケットプレゼント

お友達も  
1名様に限り  
プレゼント

2週間おためしチケットはご利用される  
ご本人様以外の女性1名様にも  
プレゼントいたします。

※お友達やご家族と一緒にご利用される際は、事前にお電話でその旨をお伝えください。  
(ご招待される方の途中変更はできませんので、ご了承ください。)

### 初回ご来店の流れ(約45分)

- ① 店内のご案内 (5分)
- ② お体についてのお話 (10分)  
(お体についてお伺いします)
- ③ 体力測定 (15分)  
(体年齢・筋肉量・脂肪量など)
- ④ お体に合った簡単な体操 (15分)
- ⑤ 継続利用をする際の割引特典や入会のご案内



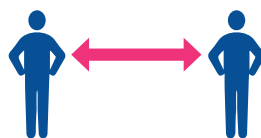
カーブスは月会費制の女性専用の体操教室です

カーブスでは  
感染予防対策を  
徹底しています

消毒



距離を  
あけて運動



しっかり  
換気



マスク  
着用

