

- ・痛みがあってもできる?
- ・最近、運動不足…  
という方のために!

**1回無料体験** 実施中!

筋肉量 分かる お体チェックつき!

各店先着20名



カーブス  
♥健康豆知識♥  
2月号♥

**筋肉は  
天然のコルセット!**



痛みがでるのは 寒さのせい…?

それだけではないんです!

腹筋・背筋 などの **筋肉** が弱くなると

腰に負担がかかり ゆがみが出て **腰痛** が起こる

といわれています



お腹まわりの **筋肉** をつけて

姿勢キープ! **腰らくらく**♪



筋肉チェック、痩せやすさ・太りやすさ  
今の健康度などを知ることができます!



**アクセス**

カーブス南玉垣店  
〒513-0816 三重県鈴鹿市南玉垣町  
7074

059-369-2006

【受付時間】 平日10時～19時/土曜  
日10時～13時



左側のQRコードからHPより  
24時間、お申込みでき  
ます!!