

健康豆知識  
5月号

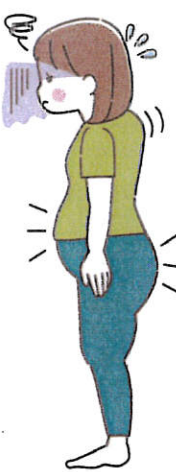
# 若さの秘訣は キレイな姿勢!

姿勢が悪いと...

肩こり・腰痛  
の原因

ぽっこりお腹

つまずきやすい



筋肉がっくと  
見た目も中身も  
若返る!!



姿勢がよくなると

肩・腰の  
負担減

お腹スッキリ

つまずきに  
くい

5月  
各店先着  
20名

筋肉やお体の状態を知ることが、若さと健康への第一歩!

無料 1回お体チェック会実施中!

メンバーさんのご紹介なら!

1回参加するだけで

プレゼントが  
先着10名  
もらえます

## 5月おすすめの日程

月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8 ♡	9
11 ♡	12 ♡	13	14	15 ♡	16
18	19	20 ♡	21 ♡	22	23 ♡
25	26 ♡	27	28 ♡	29	30

©2026 Curves Japan Co., Ltd. (2026年3月版)

HPからご予約

24時間受付  
スマホカメラで読み取り



お近くの店舗もこちらから!

女性だけの30分健康フィットネス カーブス

まずは1回、お気軽にお試ください♡