

夏バテに負けない!

健康豆知識 8月号

体カアップには **???** の筋肉!

人の筋肉の60%は **下半身** にあり、

下半身 の筋肉がつくと

筋肉量の低下は
足腰から!!

といわれています...



体カアップ!

基礎代謝アップ
脂肪が燃えやすい

ひざ・腰の
負担減も!

まわりの方にも、



筋肉 が大事だよ~!

って教えてあげてくださいね♡



無料

申込締切
2026年

8/31 (月)

夏の1回お体チェック!!!

各店先着20名

ぽっこりお腹 も **健康診断の数値** も
まとめてスッキリさせたい方!

女性限定・気軽にOK・年齢問わず

カーブス そよら鈴鹿白子

059-389-5252