

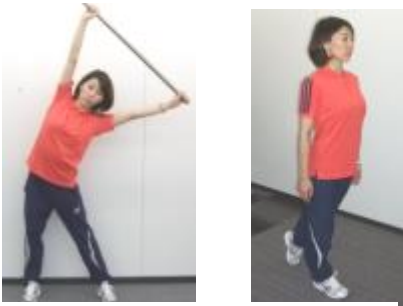


セルウェルメソッドで、あなたの**脂肪**が燃える、**姿勢**が良くなる、**フィットネス**

セルウェルの願いは皆さんに健康になってもらいたい！

運動は始めるまでが億劫ですが、始めてしまえば充実感が味わえます。健康には激しい運動、辛い運動は必要ありません。まずは自分の現状を知り、自分に必要な、自分に合った運動から始めましょう。運動の基本は姿勢、姿勢が悪ければ老化、姿勢が良くなると基礎代謝がアップし脂肪がどんどん燃焼します。しかし、基礎代謝は加齢とともに低下します。この基礎代謝を上げ脂肪を燃やすことがいつまでも若さを保つ秘訣なのです。ぜひ、セルウェルで良い姿勢と若さを保つ秘訣（セルウェルメソッド）を身に付けて下さい。

セルウェルオリジナル



リハビリにも効果あり

セルウェルメソッド



姿勢美人

カラダに優しい



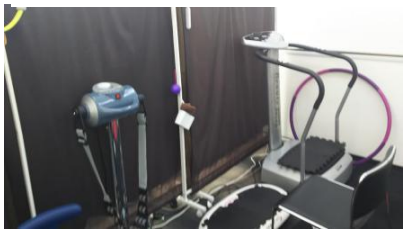
脂肪燃焼

腰痛改善
ストレッチ



セルウェルオリジナル

スポーツマッサージ&ストレッチ



見た目が変わる。中身が変わる。
貴女が変わる!
セルウェルで変わる。

**短期集中
体型改善コース**
8週間（16回）のダイエットコース。
リバウンドしない体型改善。

スマイルシェイプ 8週間全16回 88,000円



こんな皆様が楽しく、そして真剣に運動しています。

セルウェル北越谷会員様の平均年齢は51.4歳。21~86歳までの女性が自分のペースで運動しています。卓球・テニス・バレーボールなどのスポーツに夢中で、体のケアに利用している方と、運動をしばらくしていなかった方が半々。週2回の利用、1回あたり60分の利用、が平均です。体の痛みの9割は筋肉の問題です。痛みは身体からのメッセージです。そろそろその声を聞いてあげませんか。筋力不足を解決することで、生活上の動作のほとんどは自分で出来ます。まずは3ヶ月、私達とご一緒しませんか。



運動不足だけど自分のことは後回しにしてきた 50代女性が これから先 30年の元気な筋肉をつくる **スポーツジム**

気になる方
改善しよう！

ダイエット

腰痛

肩こり

膝痛

お得な入会キャンペーンのご案内

◆入会は選べる2コース◆

①お手軽入会コース (運動経験者におススメ)

入会金 ~~5,500円~~ → 0円 + 初月会費 ~~6,600円~~ → 2,200円 + 次月会費 2,200円
+ マンツーマン指導料 60分 1回 3,300円 = **7,700円**

②人気! しっかりサポートコース (運動初心者、久しぶりの方におススメ)

入会金 ~~5,500円~~ → 0円 + 初月会費 ~~6,600円~~ → 2,200円 + 次月会費 2,200円
+ マンツーマン指導料 60分 4回 6,600円 = **11,000円**

※入会時には上記①か②のコースをお選び頂き、その金額と3カ月目より銀行引き落とし(6,600円)になるため、
銀行通帳と印鑑をご持参下さい。3ヶ月以上の在籍が条件となります。

ジム体験

550円

予約は

又は電話にて



セルウェル北越谷

TEL048-976-5175

越谷市北越谷 3-1-4 平和ビル1F 北越谷駅西口まっすぐ徒歩5分 マツキヨさんとなり
平日 9:00~21:00 土日祝 9:00~19:00 (昼休み無し) 定休日 火曜日

