

施設	追加 NEW カーブス高槻西冠 TEL 072-668-6451		
体験日程	週2回、3か月間体験可能 (女性のみ)		住所 高槻市 西冠2-2-1 スギ薬局2F
体験回数	全24回(週2回)	体験時間	10:00~12:30 15:00~18:30
定員	各月 先着6名まで		営業時間 平日 10:00~13:00 15:00~19:00 土曜日 10:00~13:00
申込	開始希望月の前月中にご予約下さい。 当施設で無料体験チケットを利用されたことがある方は、ご遠慮いただいております。		定休日 日曜日・祝日

有酸素運動、筋トレ、ストレッチの3つをバランスよく取り入れた運動を30分間行います。
個人のお悩みごとにあった運動の提案もさせていただきます。お気軽にお問い合わせください。

女性だけの30分健康フィットネス カーブス高槻西冠

特徴1

手軽に誰でも何歳でも！！

通われている方の年齢層は広く、30～80歳代が中心です。
お一人お一人の体力に合わせてできますので、
運動が苦手な方でも安心して運動していただけます！

特徴2

1回わずか30分！！

30分という短い時間で有酸素運動、筋力運動、ストレッチを
組み合わせることで効率よく成果の出せる独自の運動メニューです。

特徴3

女性だけ！安心のサポート体制！

女性専用の体操教室なので、通われる方も女性だけです。
男性の視線も気にせず運動ができ、無理なく運動ができる
女性専用マシンをご用意しています。スタッフも女性のみなので、
女性ならではの悩みにも親身にサポートいたします。



電話 072-668-6451

営業
時間

平日 10～13時、15～19時
土曜 10～13時 日・祝お休み

