

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ヶ月間体験可能
(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営業
時間平日
10:00~13:00
15:00~19:00
土曜日
10:00~13:00

定 員

各月 先着6名まで

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いております。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

女性専用マシーンをご用意しています。スタッフも女性のみなので、

女性ならではのお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