

2ヵ月集中！春までに結果を出そう！

# シェイプアップ スクール Shape-up School

10人いたら10通り。  
落とし方もいろいろ。  
パーソナルだから結果が出せる。



トレーナーがメニュー作成  
パーソナルトレーニング6回（45分）

受付  
期間

2/15

日



3/29

日

料金

¥28,000 (税込)

※定員10名（ご希望の方は、お早めにお申し込みください）

ERG

URBAN WELLNESS CLUB

×



KAGO食スポーツ

SPORTS NUTRITION PARTNER

Check!



正会員（¥9,900/月）と同じシステムで  
すべての時間帯 **全てのエリアを使い放題**

■ジムトレーナーがあなたにぴったりのメニューを作成  
パーソナルトレーニング（45分）6回付き

■KAGO食スポーツの管理栄養士が、期間中3回（30分）  
食事面から個別にアドバイス

お申込みお問合せは

ERG  
URBAN WELLNESS CLUB

099-227-0202

エルグ

検索



# こんな「モヤモヤ」抱えてませんか？

いつも三日坊主

誰かについてほしい

どうすればいいか  
分からない？

モチベーション  
が上がらない

食事制限が辛い

着たい服が着れない

**停滞期**

ダイエットに必ず来るのが停滞期・・・

そんな時、正しい選択をするために、私たちがサポートします。

**ERG**  
URBAN WELLNESS CLUB



**KAGO食スポーツ**  
SPORTS NUTRITION PARTNER

パーソナルトレーニング（45分）を  
**6回**受けられる！

マンツーマンだから安心して頑張れる

2週間ごとに変化をチェック！  
目標設定もトレーナーにお任せ！

公認スポーツ栄養士が完全サポート

30分のWEBカウンセリングを、  
期間中**3回**受けられます。

しっかり食べれる、目からうろこの  
アドバイスをもらおう！

詳細は、エルグGYM公式LINE、HP・  
お電話にてお気軽にお問い合わせください。



099-227-0202



ERGジムLINE



HPお問合せフォーム