脱！！運動不足宣言！年に一度の入会金０円で今すぐキック！！

脱！！運動不足宣言！

年に一度の入会金０円で今すぐキックしませんか？？

忙しい時こそ、運動習慣が大事です。週一回でも良いので、体が喜ぶ運動を心がけたいですね。

キックボクシングなら、運動量が多く汗もしっかりかけて、ミットに思いっきり蹴ったら「爽快なこと間違いなし」です！

１２月は忘年会やクリスマスなどイベントで、「食べる量が増える」が増えますので相対的に「運動量も増やす」必要があります！

そこでオススメなのが短時間で多量の汗と運動量を確保できる「キックボクシング」です！！

ミットやサンドバッグを思いっきり蹴ればさらにストレスも吹き飛びます。

パンチやキックに打ち込んでいたら時間なんてあっという間です。

知らず知らずに相当な運動量になり、カラダにも効いてる感が得られるでしょう！

パンチは、二の腕と背中に、

キックは、お尻、ふくらはぎ、下腹部に、

キックボクシングは全身の筋肉の引き締め、特に体幹部を効率的に強化します！

体験レッスンは、こんなクラス

↓↓

・シェイプリーキック（シェイプリーミット）

音楽に合わせてキックボクシングのフォームで動き続けます。より有酸素運動の効果を発揮します。さらに左右対称で動くので、バランス良く全身を引き締めることができます。

・入門クラス

キックボクシングの基礎から学べるクラスです。音楽のリズムに合わせるのが苦手な方は入門クラスがオススメです。ミット打ちは筋力アップ、ストレス発散に抜群の効果を発揮します。

・レディースキック（梅田ジム・土曜）

先生も生徒も女性だけの入門クラスです。入門クラスを受けるのがちょっと不安だった方も女性限定クラスなら安心して体験できます。

まずは体験してみて下さいね↓↓↓

無料体験申込み
http://www.m-factorygym.com/trial/freetrial/

☆２０１５年１２月のキャンペーン☆

１．年に一度の入会金通常10000円が１００％オフで
0円！！

２．さらに「前納コース」及び「パーソナルチケット１０」で入会された方には、「Pグローブ」プレゼント（３５００円相当）！

キャンペーン締め切り：１２月３０日まで

体験のお申込みは下記リンクから

↓↓↓
無料体験申込み
http://www.m-factorygym.com/trial/freetrial/

M-FACTORYはキックボクシングを安全で簡単に楽しめるプログラムを各種用意しております。

■シェイプアップ
http://www.m-factorygym.com/programs/shapeup_kick/
■コンディション
http://www.m-factorygym.com/programs/condition_kick/
■リアルキック
http://www.m-factorygym.com/programs/real_kick/

見学・無料体験は随時募集しております。
ご希望のジムのタイムテーブルから無料体験可能なクラスを選びWEB又はTELにて申込み出来ます。

■アメ村ジムタイムテーブル
http://www.m-factorygym.com/timetable/ame_time/
■梅田ジムタイムテーブル
http://www.m-factorygym.com/timetable/umd_time/
■ファブロスジムタイムテーブル
http://www.m-factorygym.com/timetable/fabu_time
■申込方法
http://www.m-factorygym.com/trial/freetrial/
■ＴＥＬ
アメ村ジム 06-6214-1666
梅田ジム 06-6359-1222
ファブロスジム 06-6214-1666

担当者 北出
問い合わせメール info@m-factorygym.com

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com