

# 敬老の日特別企画

レフコを利用したことのない**65歳以上の方無料!**



マシンの使用方法だけでなく、  
トレーニングの仕方もスタッフが  
ご案内します。

## 筋トレサポート無料体験

期 間	9月15日(金)~18日(月)	
時 間	各枠 60分	
場 所	フィットネスクラブレフコ 2F マシンジム	
定 員	各枠 5名×20クラス	
対 象	満65歳以上	
料 金	無料	

日	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	19:00	20:00
15日 (金)	①		②					③	④
16日 (土)	⑤		⑥	⑦	⑧			⑨	
17日 (日)	⑩		⑪	⑫	⑬		⑭		
18日 (祝)	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳			

※プールの無料体験もあります。プール体験につきましては、特に枠の予約はございません。

詳しくはお電話にて問い合わせください。

0120-997-490