

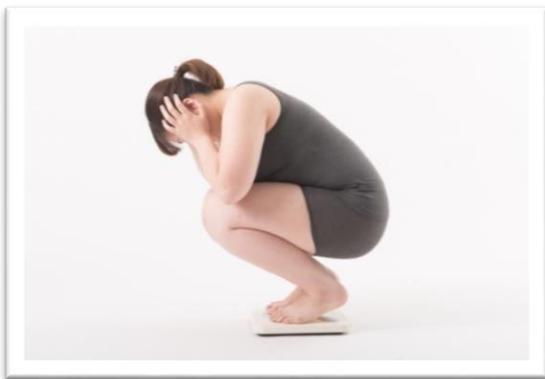
# 脱 ぽっちゃい宣言

わたし

まだ本気だしてないだけ



- 朝晩ウォーキングもした
- 筋トレしにスポーツクラブも行った
- 高いお金出してエステも行った
- 食事も減らした…つらい
- 耳つぼもやった
- サプリも飲んだ
- 流行りのダイエットは一通りやった



「お金もかけたのに…」  
「一生懸命やったのに…」  
「つらいのに耐えたのに…」

**なんで痩せないの？**

**どうして続かないの？すぐにリバウンドしちゃうの？**

そんなあなたのために、おゆみ野スクエアが  
とっておきのダイエットプログラムを作りました

裏面へ  
つづく

3  
2  
1

買ったスカート返品す  
試着せず

知識だけなら評論家  
ダイエット

ぽっちゃいさん  
デブの違いは何ですか？

ダイエット川柳優秀作品



OYUMINO SQUARE

おゆみ野 スクエア

無料カウンセリング予約番号

**043-309-7183**



おゆみ野有吉12-12  
\* 駐車場12台完備



# 本気でカラダに向き合うあなたへ プライベートスタジオ「おゆみ野スクエア」の ダイエットプログラム

スタジオレッスン

+

骨盤矯正

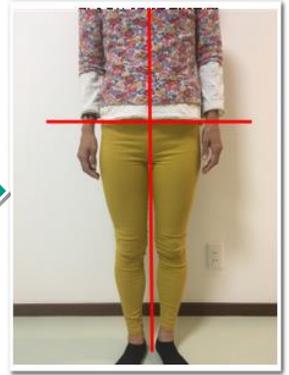
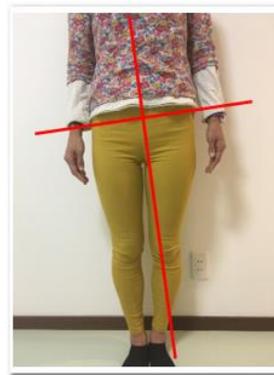
+

食生活アドバイス



## スタジオプログラム

「燃焼・引き締め系」「ダンス系」「ストレッチ・調整系」をバランスよくチョイス。効率よく楽しみながら理想の体型に近づけます。  
(つらいマシンや重りを使ったトレーニングはしません)  
プログラム一例: ポクササイズ、トランポリンエクササイズ、ピラティス、ヨガ、シルクサスペンション他



## 骨盤矯正

痩せやすいカラダを作るには骨盤や骨格を整えることが必須。  
骨盤を締めることでスタイルや姿勢もキレイになります。  
整体院併設のおゆみ野スクエアだからこそできるメニューです。

## 食生活アドバイス

炭水化物抜きや極端に食事の量を減らすことはリバウンドの元。  
キレイにやせつつ、リバウンドしにくいカラダを作るためには、適切な食事が重要です。  
一緒に食生活の見直しをしていきましょう！



**これだけのプログラムでこの価格！**

CMでおなじみの 某有名パーソナルジム	某有名エステ店	おゆみ野スクエア
入会金¥50000 ¥298000/2ヶ月16回 =¥348000 ¥174000/1ヶ月8回	¥15000/施術1回50分 ¥120000/1ヶ月8回	入会金¥7000 ¥60000/3ヶ月24回 =¥67000 <b>¥22333/1ヶ月8回</b>

**もうお金も時間も無駄にしたくないのなら、  
今すぐ無料カウンセリングにご予約ください！**



OYUMINO SQUARE

おゆみ野 スクエア

無料カウンセリング予約番号

**043-309-7183**



おゆみ野有吉12-12  
\* 駐車場12台完備

