

# 春限定！ 大阪市内のオフィス！先着20企業様！

## 出前『健康講座・体操』キャンペーン



次々に行なわれる年度末の会議。時間がないのは日常茶飯事。そんな頑張っている心と身体はリフレッシュを求めています！  
 気になるメタボとストレス解消にも、身体を動かすことが必要です。  
 働くみなさん、仕事中にチョットと一息つきませんか？  
 淀屋橋のトータルフィット(株)では、只今大阪市内のオフィス限定で、『出前『健康講座・体操』キャンペーン』を実施中です。  
 会議の合間に、チョットと一息。あなたにあった運動のアドバイスと運動実技をお届けします。



### 【分かりやすい講話】



メタボリック  
 メンタルヘルス  
 女性の健康  
 ストレス  
 肩こり 腰痛

1回 30分まで  
 ¥10,000(税別)

続けて2回なら  
 ¥15,000(税別)



今すぐチェック！

<http://www.totalfit.co.jp>

*Total Fit*

### 【エクササイズ】



腰痛体操  
 肩こりバイバイ体操  
 お腹すっきり体操  
 リフレッシュヨガ

3月・4月だけの  
 春限定！

しかも！！  
 大阪市内だけ！



メタボ対策！  
 運動不足解消！  
 ストレス解消！



ヨガ  
 ピラティス  
 ストレッチ  
 ウォーキング  
 チェアエクササイズ



**お申込は、下記まで希望日時をお知らせください！**

**トータルフィット株式会社**

〒541-0043 大阪府中央区高麗橋4-4-6 高麗橋ビル

TEL06-6208-0388 FAX06-6208-0377 e-mail [info@totalfit.co.jp](mailto:info@totalfit.co.jp)

<http://www.totalfit.co.jp>