

20～40代女性のための

受講生募集

スタイルアップ教室

健康的に本気でキレイを目指すダイエット教室！

ロクト整形の栄養・運動・ケアの専門家がタッグを組み本気ダイエットをサポートいたします。

いくつになっても
「女性であること」
を楽しむ
美しい体へ・・・

初回説明会＆開校式 2020年4月11日（土）

2月17日より受講生募集開始

（定員に達し次第受付終了）

申込先 TEL : 090-6868-6916
Email : rokutoeiyo@rokuto.com

電話受付 平日（月～金）10：00～17：00

お電話でお問い合わせの際には「スタイルアップ教室の件」
とお伝えください。メールでも受付しております。



ロクト整形外科クリニック

rokutoスタイルアップ教室

あなた主体の参加型のプログラムなので、お気軽に受講することが出来ます。
一人では難しいダイエットも仲間と行えば楽しく続けられるのではないのでしょうか。
女性として美しさに磨きをかけたい方々で**ダイエットを今年こそ成功させたいあなた！**
キレイにダイエットをして素敵な女性へステップアップ♪

ロクト式ダイエット

3つのポイント

各分野の専門家があなたのダイエットをサポートします♪

栄養★

栄養士と一緒に皆さんの食生活を見直しながら食事や栄養からキレイ作りについて勉強していきましょう。

運動★

自宅でも継続して出来るような運動を中心に、プログラムを組んでいくので初心者でも安心して参加できます。

ケア★

理学療法士による歩き方や姿勢のチェック、産後骨盤ケアなどエビデンスに基づいた体作りをお教えます♪

調理実習



トレーニング



課外実習



ロクト式ダイエット

特典満載

ロクトオリジナルの様々な特典がついてより効果的にダイエット！

☆ダイエットファイル

☆療法士の歩き方・姿勢チェック

☆ウォーキング実習

☆美容講師を招いてのビューティーセミナー

☆トレーニングボール&チューブ

☆食生活チェック調査&あなたの食事箋

☆ヘルシー調理実習（材料費別途徴収）

☆メール相談

対象：20～40代の**本気でキレイにスタイルアップを目指す女性！**

講習期間：**4ヶ月間**（2020年4月11日～7月25日）毎週土曜日10:00～12:00

場所：ロクト整形外科クリニック 3F会議室にて

費用：**20,000円**（初回説明会時に納金）

人数：**15名**（定員に達し次第募集締め切とさせていただきます。）

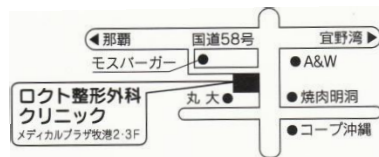
申し込み：電話・下記アドレスへ！

※電話またはメールでのご連絡の際は、“スタイルアップ教室”と一言伝えてください。

TEL : 090-6868-6916

電話受付 平日（月～金9:00～17:00）

Email : rokutoeiyo@rokuto.com



* 当院をご利用の患者様へ

法律上、保険診療（診療・リハビリなど）を自由診療（ダイエット教室など）と同一日に同じ施設で行うことは禁止されています。そのため、**当院の患者様においてダイエット教室の参加日は、診療・リハビリとは別の日になりますのでご了承下さい。**詳しくは担当まで。