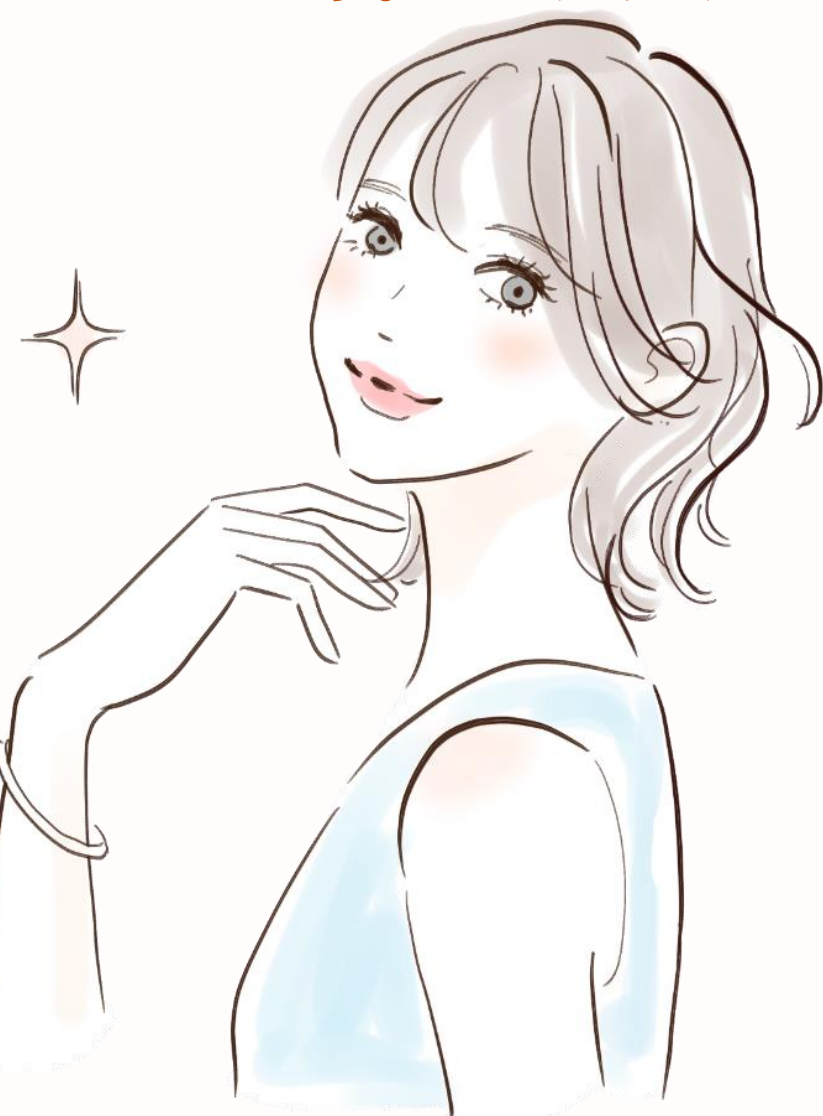


20～40代女性のための

スタイルアップ教室

当院のメディカルフィットネスとタッグを組み
あなたのスタイルアップをサポート！



メディカルフィットネス
入会金0円

トレーニングマシーン
利用し放題！（営業時間内）

LINEで食事相談

理学療法士による
身体のケア指導

ビューティー
セミナー

ダイエットレシピ

開校式 2022年9月3日（土）

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

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。



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。

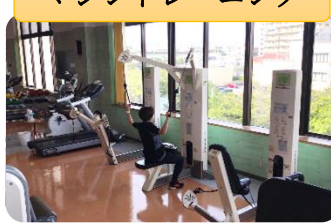
調理指導



運動★

当院のトレーナーが指導をしながらトレーニングマシンを使って運動していくので、初心者でも安心して参加できます。

マシントレーニング



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♪

療法士による指導



※感染対策のため換気やマシン等の消毒は徹底致します

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！

- ☆スタイルアップファイルプレゼント
- ☆理学療法士の運動指導
- ☆美容講師を招いてのビューティーセミナー
- ☆トレーニングマシン利用し放題(営業時間内)

- ☆食生活チェック調査&あなたの食事箋
- ☆ヘルシー調理指導
- ☆LINEで食事相談

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：3ヶ月間（2022年9月3日～2022年11月19日）毎週土曜日13:00～15:00

開催場所：ロクト整形外科クリニック 3階 会議室

費用：50,000円（メディカルフィットネス利用料込み）

人数：10名（定員に達し次第募集締め切とさせていただきます。）

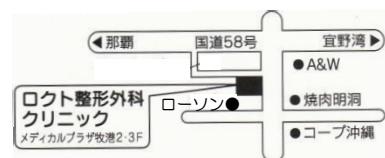
申し込み：お電話 090-6868-6916

※電話でのご連絡の際は、“スタイルアップ教室”と一言伝えてください。

新型コロナウイルス感染の状況によりご案内や教室内容を変更することがあります。あらかじめご了承お願い致します。

TEL：090-6868-6916

電話受付 平日（月～金9：00～17：00）



* 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（スタイルアップ教室など）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スタイルアップ教室の参加日は、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。