

最新EMSトレーニング

～目黒店限定イベント～



12月23日(月)

13:00~21:00

@ドゥミルネサンス目黒店

5,000円(税抜) / 30分

※初回は無料カウンセリングが15分つきます。

※申込みは目黒店フロントにて受付中
電話予約可能 (03-3789-0340)

EMSトレーニングとは…

12対の電極を備えた特殊スーツを装着して、専門のパーソナルトレーナーの指導のもと僅か20分間の運動を行うことで、通常の筋力トレーニング3時間程度に相当する効果を得ることができます。

E-Fit trainer
Toyokatsu Kusano 草野豊勝

姿勢
痛みの改善
筋力向上

ACSM-運動生理学者/健康運動指導士
/JGFO-ゴルフフィットネストレーナー/
JINS MEME RUN公式トレーナー

全身スーツ型EMS「E-Fit」は北欧の予防医学の技術を用いた最新フィットネスです。僅か20分の運動で3時間分の運動効果は伊達ではありません!是非一度ご体験ください!



1日だけの目黒店限定イベント