

ご記入日 2015年 12月 12日  
( 42 ) 歳代 男性 ・ 女性

1. 予約いただいているコース ( タレントコース )

2. 1のコースを「利用いただく前のお悩みや状態、受けるに至った理由など」と「トレーニングに入ってからの効果（よかったことや変わったこと）など」を教えてください

【BEFORE】

年齢 ごとくに筋力の低下を感じ、  
運動不足、解消もあり、時間の取れない中、  
短時間で効果のある加圧トレーニングを  
始めました。



【AFTER】

週一回のトレーニングで、筋力もアップ、  
ストレス解消出来、満足。  
女性には、バストUP、ヒップUPもあり、  
肌の状態も良くなりました。