

# 団塊世代応援 キャンペーン



あなたの“健康”“元気”  
ずっと守り続けます。

**アクア  
モーニング**

平日・午前中のプールが  
使い放題のお得なコース  
月会費3,980円

**チョイス**

ご自分の好みに合わせてコースを  
選べるから無駄がない!  
節約上手なあなたにピッタリ!?

月会費4,980円

**クラブ**

マシンジム・スタジオ・  
プールが何時でも使い放題!  
低価格・高品質のサービスで  
皆様の健康を応援します!!

月会費  
5,980円

☺イトマンの健康マメ知識☺

“適度な運動は風邪の予防になるってご存知ですか？”

なぜ運動することで風邪になりにくくなるか、それは、水泳・ランニング・エアロビクスといった有酸素運動は心肺機能・呼吸筋を鍛えさらに体温を上げる事により風邪をひきにくい体質を作ることができると言われてます。有酸素運動ってダイエットに効果があるだけでなく風邪をひきにくくする効果もあるんですネ!  
「風邪は万病のもと」と申します、手洗・うがいとともに、この季節だからこそイトマンでの適度な運動でしっかり風邪の予防をしましょう!!

“健康応援クラブ” イトマンと一緒に始めましょう!

60歳以上の皆様! 今なら!!

入会金 **0**円 + 事務手数料 **無料**

お問合せは・・・ 岸和田イトマンスポーツクラブ 東岸和田SATY内 072-433-9696