

10周年記念大感謝祭

～目指せ20歳！！ヴァレオプロで健康増進～

祝10周年を記念し、大感謝祭を開催いたします。

当日は健康講座、外部講師による特別レッスン、ショップ販売等イベントが盛り沢山♪

ご家族・ご友人をお誘いのうえ、ぜひご来館ください。

2019年 3月24日(日)

10:00～17:00

スポーツアイテム

SYスポーツによるスポーツアイテム販売会！人気ブランド商品が当日限定価格で！

DESCENTE



タイムテーブル

10:00 AM	①体力測定	サーキット体験	膝腰肩すっきりEX	VRC体験	
10:15 AM	②スキルミル体験		45分(スタッフ)	※外部VRCまたはプレミアムコース入会者には特典有	
10:30 AM	③スキルロウバトル		先着30名		10:30 小林Dr (90分)
10:45 AM					アンチエイジングのための
11:00 AM			やさしいYOGA		体脂肪率を操作する睡眠の科学
11:15 AM			45分(ユジナ先生)		
11:30 AM			先着30名		
11:45 AM					
12:00 PM	大抽選会 ※抽選券が必要です				
12:15 PM					
12:30 PM					
1:00 PM	①体力測定	理学療法士による姿勢チェック	ボディメンテEX	VRC体験	13:00 能勢先生
1:15 PM	②スキルミル体験	土屋先生&花澤PT	60分(齊藤先生)	※外部VRCまたはプレミアムコース入会者には特典有	歩き方をかえるだけで10歳若くなる
1:30 PM	③スキルロウバトル		会員様限定		90分
1:45 PM			(30名/予約制)		
2:00 PM					
2:15 PM					
2:30 PM					
2:45 PM			今日からはじめよう腸活ダイエット		
3:00 PM			60分(土屋先生)		15:00 齊藤先生
3:15 PM			先着36名		いつまでも若々しくいるための
3:30 PM					ボディメンテEX
3:45 PM					90分
4:00 PM			ストレッチ&ピラティス		
4:15 PM			45分(木村先生)		
4:30 PM			先着30名		
5:00 PM					

◎公開講座 美心ホール 参加費：無料

講演1『アンチエイジングのための体脂肪率を操作する睡眠の化学～ジムに行ってもなかなか痩せないわけ～』

時間：10:30～12:00(10:00開場)

講師：小林 充典 医師

講演2『歩き方を変えるだけで10歳若くなる』

時間：13:00～14:30(12:30開場)

講師：能勢 博 教授

講演3『いつまでも若々しくいるためのお手軽ボディメンテエクササイズ』

時間：15:00～16:30(14:45開場)

講師：齊藤 邦秀 先生

◎スタジオA

10:00～11:45 サーキット体験

13:00～16:45 理学療法士による姿勢チェック

担当：土屋理学療法士・花澤理学療法士

◎ジムエリア

10:00～11:45 13:00～16:45

①体力測定

②スキルミル体験

③スキルロウバトル(各回6名ずつ)

※優勝者には賞品あり！！

※イベントのため、当日の営業はございません。

(お風呂・ジムエリアはご利用いただけません)

※詳細のご不明な点はValeoProまで

お問い合わせください。

◎特別体験レッスン スタジオB

①膝腰肩スッキリエクササイズ

時間 10:00～10:45

定員 先着30名

②やさしいYOGA

時間 11:00～11:45

定員 先着30名

インストラクター：ユジナ

③ボディメンテエクササイズ

時間 13:00～14:00

定員 30名(要予約)

※会員様限定(ご家族・お友達1名まで可)

講師 齊藤 邦秀 先生

④今日からはじめよう腸活ダイエット

～理学療法士が考えるダイエットプログラム～

時間 14:45～15:45

定員：先着36名

講師 土屋 元明 理学療法士

⑤ストレッチ&ピラティス

時間 16:00～16:45

定員 先着30名

インストラクター：木村

大抽選会

スタジオA・B体験・ジムエリア体験・VRC体験

ショップ販売ご購入者・ご入会者様には

抽選券をプレゼント☆(先着500名)

豪華景品をご用意しておりますので

ぜひご参加ください！

※抽選券をお持ちの方のみ抽選に

ご参加いただけます。

※お一人様最大7回まで。



※画像はイメージです

シューズ販売会
3/24～31

試飲会

大塚製薬による
ボディメンテの
試飲会あり♪



入会キャンペーン

3月24日限定☆

①入会手数料¥0

②VRC3種体験チケット

③パーソナルストレッチ20分

④ポヌールランチペアチケット

⑤オリジナルTシャツ

をプレゼント！！

※紹介者特典あり。詳細はスタッフまで

更に先着15名に
オリジナル
ミニトートバック
プレゼント♪

