

春の入会キャンペーン

初回登録料

~~5500円~~ → 2200円!

初回月会費

3000円値引き!

ここがL&Mのお得で良いところ

さらに未就学児・60歳以上の方には、追加1000円値引き!

- その一、幼児コース（未就学児）は、回数無制限
- その二、週2回の料金でスイミングとキッズダンス両方習える!!
- その三、水中ウォーキング
- その四、毎日ヨガ
- その五、ジム・スタジオ・プールが揃っているのはL & Mだけ
- その六、法人会員制度
- その七、子供から大人まで水泳の上達が早い
- その八、疲労回復に高気圧酸素ボックス
- その九、大抵、空いている
- その十、みんな笑顔

2月20日~
3月31日まで!

水中ウォーキングの勧め

- 1 浮力(浮力の働きで足首や膝にかかる負担減)
- 2 抵抗(年齢にあった負荷の中でトレーニングできます)
- 3 水圧(水圧でお腹まわりや関節にサポーターを付けるのと同じ効果)
- 4 水温(水温30℃。冬は外気が下がるので熱いくらいに感じます)

詳しくは、お気軽にお電話下さい。

L & Mスポーツクラブ

L & Mスイミングクラブ

香取市北2丁目7-15

0478-55-0699



@LANDM_OFFICIAL1984

インスタ始めました