

2024年7月 無料体験イベント！

参加費
無料

レッスン・身体ケア・セミナー何でも無料で受けられる！！

日時：7月30日（火） 9:00～17:00

無料
体験

スケジュール

★要予約…レッスン先着各8名様！
セミナー先着各20名様！

09:00-10:00	膝痛・むくみ解消クラス
10:20-11:20	肩こり・腰痛クラス
11:40-12:40	姿勢改善クラス
13:00-14:00	栄養セミナー
14:20-15:20	筋力・バランスアップクラス
15:40-16:40	シェイプアップクラス

※お一人様3コマまでのご予約とさせていただきます。

☆身体ケア（整体）10分無料！
☆体脂肪率・筋肉量測定無料！！



今月のゲスト！

管理栄養士
三友 誠子



- ◎人間ドックアドバイザー
- ◎特定保健指導上級アドバイザー

「8月4日は栄養の日です。
この機会に食事について
一緒に見直してみましよう！」

管理栄養士の 個別無料相談



☆14:00～15:00☆

※食事のお悩みなどお気軽
にご相談いただけます！

栄養の口
たのしく食べる。カラダよろこぶ
日本栄養士会



☆栄養セミナー☆

『口と栄養のおいしい関係』をテーマ
に歯科医院に10年勤務経験のある
管理栄養士がその経験をふまえて
わかりやすくお伝えいたします！

ご参加の方は
プレゼントが
もらえる♪



滝山中央名店会
「あまいけ」さん前

無料体験
随時受付中♪

ONE
LIFE
GORINKAI

医療法人五隣会グループ
健康運動教室アルゴ

〒203-0033 東京都東久留米市滝山4-1-40



《お申込はこちら》

☎ 042-420-1065

【受付時間】 平日 09:00 - 17:00

ユ-グレナ[∞]

おいしくなって新登場！

『からだにユ-グレナ』試飲会♪

7/30 火 10:30~15:30

お試しください！

試飲会

in 健康運動教室アルゴ 店頭

栄養豊富な石垣島ユ-グレナに
野菜とフルーツをブレンド！！

59種類の栄養素が
含まれる！！



ヨーグルト10個分の
まもる乳酸菌配合！

※ヨーグルト1個（100g）に100億個の乳酸菌が
含まれていたとした場合、10個分は1000億個。
乳酸菌EF-2001を使用

物価高騰の救世主！ お得に栄養補給♪

大好評
売れて！
売ります。

からだにユ-グレナ
GreenSmoothie乳酸菌

商品希望小売価格より
10~20%OFFにて販売！



医療法人五麟会グループ
健康運動教室アルゴ



042-420-1065