

Jam works presents

身体のリセット！ 1泊2日の…

「ボディ・リ・メイク＝ リセット・トレーニング」プラン

Body remake,
Reset training Plan

ダイエット・シェイプアップを始めるきっかけが欲しい！
だらだら生活からの脱却を断行したい！
なかなか思うように減量できず悩んでいる…
一人でのダイエット生活でマンネリ化してきた…

そんなあなたに全力でオススメする、
カ・ラ・ダ パーフェクトリセットプラン。

- ◆ストレッチ・筋トレ・有酸素運動で、ボディリフレッシュ。
- ◆メンタルカウンセリングで、悩み・不安解消。
- ◆余分な摂取を徹底排除したリセット食で、「引締めスイッチオン」状態へ！

1泊2日間、各分野の専門トレーナーが指導し、
徹底的にボディリセットします。
悩めるあなたは、心を決めて参加するだけ。

プラン概要

場所：Jam works リゾート

日程：毎月 第3土曜～日曜（1泊2日）※毎月実施

詳細は、お問合せください

費用：¥30,000～（税別）／名（一般参加）

Jam
works

ボディ・リ・メイク リセット・トレーニングスティ参加申込書

参加者氏名 ①			
住所			
希望開催 no.		TEL	
参加者氏名 ②			
住所			
希望開催 no.		TEL	
参加者氏名 ③			
住所			
希望開催 no.		TEL	

<注意事項> 出発段階で、医師から運動を禁止されている場合、参加できません。
 健康状態・体調は自己管理とし、異変のある場合、速やかに申し出ること。
 トレーナーの指示に従えない方の参加はお断りします。
 スケジュール・ルールに従えない場合、参加を取り消し、費用の返却は行いません。
 スケジュール・企画内容について、変更される場合があります。

<責任免責> 企画全部事項において、責任を一切負いません。
 ケガ・病気・事故等の様々な事柄に対し、自己責任で参加することとする。

<上記事項、承諾確認>

参加申込書が受付られた時点で(送付・e-mail・fax)、本文注意事項・責任免責についてすべて承諾されたものとします。
 参加人数制限がある為、受付完了後のキャンセルについて、返金を行いませんのでご了承ください。

<申込について>

本ページ内の氏名住所欄に記入して、fax・mailまたは直接にて返信ください。
 3名まで、一括申込可能です。
 ※1名... ¥35,000 (税別)
 ※2名同時申込... ¥31,500 (税別1名分)
 ※3名同時申込... ¥30,000 (税別1名分)
 その際、下記費用も合計して振込・納付ください。

<お振込先> 西兵庫信用金庫 高岡支店 (普)0290424 Jam works

<費用>	¥30,000～¥35,000 (税別)	※グループ割引
<問合せ>	Jam works 姫路 青山	
	079-266-6642	(10:00～22:00)

2019 ボディ・リ・メイク リセット・トレーニング 日程

ボディ・リ・メイク リセット・トレーニングスティ

2019 予定表 (毎月第3土曜日泊となっています。)

開催 no.	日程	備考
no.1	1月19日 ~20日	※只今、受付中。
no.2	2月16日 ~17日	※只今、受付中。
no.3	3月16日 ~17日	※只今、受付中。
no.4	4月20日 ~21日	※只今、受付中。
no.5	5月18日 ~19日	※只今、受付中。
no.6	6月15日 ~16日	※只今、受付中。
no.7	7月20日 ~21日	※只今、受付中。
no.8	8月17日 ~18日	※只今、受付中。
no.9	9月21日 ~22日	※只今、受付中。
no.10	10月19日 ~20日	※只今、受付中。
no.11	11月16日 ~17日	※只今、受付中。
no.12	12月21日 ~22日	※只今、受付中。

<ボディ・リ・メイク リセット・トレーニングスティ>について

- ・参加者によるグループセッションとなります。
- ・各食事、トレーニング内容などについては、専属トレーナーが指導いたします。
- ・身体の改善とともに、「思考回路改革」をすることで、食・身体に対する考え方を
見直すことも目的の一つです。
- ・カウンセリング、悩み相談等の時間も確保することで、メンタル部分のケアを行いま

※ 「運動が初めて」と言う方でも安心して参加していただけるよう、個人のカウンセリングを重視しています。

<注意事項>

- ・締め切りは、各開催月5日となっています。
 - ・定員になり次第、次月以降の参加予約の受付を検討ください。
 - ・受付完了後の、キャンセル返金は行っておりません。
- ※参加日の変更は、受付可能です。
- ・「只今、受付中」の表示の日程のみ、お申し込み可能です。
 - ・開催日に関しては、変更する場合があります。