

フォーム運動スタジオ **笑顔をつくる脳の運動**

○ フォームの脳トレ

フォームの脳トレは『ライフキネティック』という

運動と**脳トレ**を組み合わせたプログラムを行います！

form of motion



○ 効果

すべての方：記憶力低下予防、ミスの減少

社会人・勤労者：メンタルヘルス向上、ストレスの解消、仕事の能力向上

中高齢者：認知機能向上、介護予防、注意力と理解力の向上

○ 対象 成人男女

ライフキネティックは **4歳～90歳**までができる簡単な動きばかりですよ

○ 料金

月謝 **6000円** (税抜) (月4回)

※ 体験料金は1回500円で体験することが可能です！体験は1回のみ可能

○ ご予約・お問い合わせ

広島市中区八丁堀 6-7 チュリス八丁堀2F 205

『建物中央のエレベーターで2階へお越しください』

フォーム運動スタジオ **082-224-4547**

