

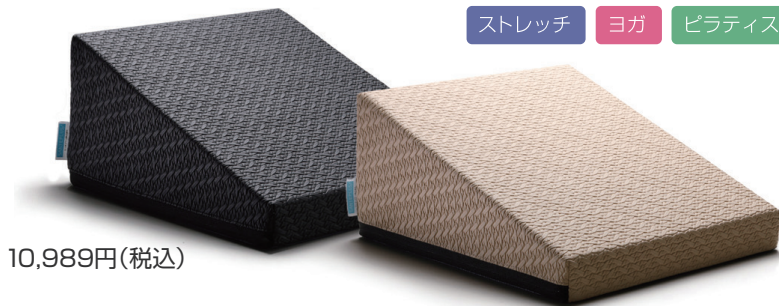
ストレッチスペースの定番品。骨盤からアプローチ

フレックスクッション®

ストレッチ

ヨガ

ピラティス



10,989円(税込)

レッスン受講者のコメント

しっかりストレッチができた！
よ〜く伸びた！

体が柔らかくなって
いくのを感じた！

骨盤まわりが
スッキリした！

ストレッチが
好きになった！

腰痛が改善した！
冷え性が治った！

グループレッスンでの導入事例

ティップネス「アクティブストレッチ」
ルネサンス「パーソナルトレーニング」
コナミスポーツ「骨盤フレックス」
セントラルスポーツ「フレックスストレッチ」
JOYFIT「美しい骨盤」・アスリエ「骨盤リセット」
米国ピラティス での活用事例多数

～ 長い間、人気を保てるグループレッスン ～

選べる研修プログラム

貴社のコンセプトに合わせ、柔軟に対応できる
グループレッスン教育プログラム

通常の研修

➤ フレックスクッション® マスタートレーナーによる
「骨盤&ストレッチ」「ヨガ」「ピラティス」の研修。

社内マスター
トレーナー研修

➤ 社内マスタートレーナー制度を活用し、研修後、
社内マスタートレーナーが自社店舗での研修を実施。

プレコリオ形式

➤ サンテプラス制作のプレコリオ。

※詳しくは www.santeplus.jp/fitness を参照ください！

開脚
ストレッチ

シザーズも効果的に！

腸腰筋も楽に！
(インナーマッスル)

ヒップも楽に
ストレッチ！

脇腹も引き締める



「ストレッチスペースへの設置」「グループレッスンや備品導入」のお問い合わせは、サンテプラスまで。