

We will deliver happy topics to enjoy Musashi Kosugi's life

# 武蔵小杉新聞

地域密着WEBマガジン武蔵小杉新聞かわら版

## チャレンジの春、さよならメタボ特集!

随分暖かくなってきましたね♪

外出自粛や在宅勤務でなまったカラダを復活させましょう。

武蔵小杉周辺の気になるスポーツジムをご紹介します!

### WHOEVER 完全個室のパーソナルトレーニング!

武蔵小杉に3店舗を構え、地元民のみならず遠方からも会員が集まる同ジムの人気の秘密は、元K-1ファイターの齋藤代表が現役時代や大手ジムでのトレーナー経験を通じて開発した「脂肪破壊ダイエットプログラム」。筋トレと有酸素運動を合わせた会員一人ひとりに寄ったオリジナルメニューが、ダイエットやスタイルアップを目指す方や運動初心者に好評です。食事指導もしてくれるのでリバウンドの心配もなさそうですね。夏までに本気で変わりたいなら短期集中も頑張れそうですね!



あなただけの一生モノのボディメイク術を伝授します!



見た目はマッチョだけど、実は優しい代表の齋藤さん(右)とトレーナーの小林さん(左)

#### WHOEVER 武蔵小杉

● 中原区新丸子東 1-764-12 C.Gフラット402号  
● 080-7331-6383 ● 9:00~23:00 ● 無休



### FÜRDI 予約不要で通い放題! 安心・安全の女性専用AIフィットネス



ひとりでも出来るマシントレーニングだから安全!

イダイモールにある同ジムでは、会員一人ひとりに合わせた個別プログラムを基に、AIマシンのメニューと有酸素運動を交互に15回づつ、トータル30分のお手軽トレーニングが出来ます。さらに、営業時間が長いので、トレーニングしたい時にいつでも通えるのも魅力ですよ♪



読者限定特典!  
このチラシ持参でファディーオリジナルマスクをプレゼント!

#### ファディー武蔵小杉医大通り

● 中原区小杉町1-518 古林ビル1F  
● 044-712-5940 ● 5:00~23:00 ● 無休



### Wellbest 3.16 NEW OPENのキックボクシングジム!



無理なく、楽しく、健康的なカラダを手に入れましょう!

元住吉駅から徒歩1分の所に、元K-1ファイターの戸邊さんが経営するキックボクシングジムが先月オープンしました。チケット制で、好きな時に好きなだけ通える同ジムは、「キックボクシング」の他にも「トレーニング」「ヨガ」「整体」「キッズレッスン」など幅広いコースが用意してあります。セミパーソナルなお子さんやお友達と一緒に始められるので三日坊主にならずに続けられそうですね。



#### Wellbest キックボクシングジム

● 中原区木月2-4-5 クリフト101 ● 050-7118-7237  
● 月~土/11:00~23:00 ● 定休日/日・祝



オープンキャンペーン実施中!  
入会金が今なら0円