

## 「2泊3日ダイエット合宿」 in 丹沢湖

遂に、お客様からご要望いただいていた「ダイエット合宿」を実施いたします！

### 【日程（2泊3日）】

2022年7/15(金)～7/17(日)（予定）

※日程要望があればお申し付けください。

### 【実施場所】

落合館：神奈川県足柄上郡山北町神尾田 759-23

※電車バスで向かえます（現地集合、現地解散）

<https://goo.gl/maps/EQ6UmaaihdaetxfB6>



### 【参加費】

59,000円 **44,000円**（税込48,400円、交通費別）

※会員様と会員様のご友人は **10,000円割引**



### 【本合宿の内容】

#### ・食べて痩せる「美ボディ理論」を実体験！

断食合宿は筋肉を失い、結局リバウンドします。

Arisan Fit のダイエット合宿は必要な栄養素をしっかり摂って、無理なく脂肪のみを落とします。

集中的に効率よく筋肉にアプローチをかけるので、「痩せやすい体質・身体作り」のキッカケに！

#### ・自然豊かな丹沢湖で「楽しく脂肪燃焼」！

ジムや都会での有酸素運動は退屈でつまらない…

自然のマイナスイオンの中で心身ともにリフレッシュしながら脂肪を燃やしましょう！

※おいしいダイエット食付き

最終日は変化したボディを確認して、最高の気分で美味しいごはんを食べましょう！

### 【スケジュール】

- ・1日目：19:00 現地集合、測定→ワークアウト
- ・2日目：朝食→ワークアウト→昼食→ハイキング→夕食→ハイキング→コンディショニング→就寝
- ・3日目：測定→変化があれば「ご褒美食」※10:00頃、解散

### ■主催

渋谷のプライベートジム Arisan Fit <https://www.ari-san.com/>

★代表トレーナーYuto が皆さんに付きっきりで指導！（参考：通常1セッション1時間15000円）

お申し込みはコチラから ⇒ 公式 LINE ID：@272pzm

<https://line.me/R/ti/p/%40272pzm>

または

Mail: [arisanfit@hrpartners.jp](mailto:arisanfit@hrpartners.jp)

