

理想のカラダを手に入れる

# 5つの鉄則

知っている知らないでは効果が違う!

## 鉄則その1

間違ったやり方では効果なし!  
正しいトレーニング方法は  
レイスポーツで習うべし!

鍛えたい場所や目標、あなたの筋量や疾患などによってトレーニング方法が異なります。

レイスポーツクラブは厚生労働大臣認定健康増進施設です。

健康運動指導士などの資格を持ったスタッフが地域の皆様をサポートいたします。

残り4つの鉄則は

レイの鉄則 検索

正しい方法

美しさ

意識すること 筋肉

楽しむ

おかげさまで35周年!

平成最後の入会キャンペーン

今月末まで  
入会金が **0円** 初回  
月会費 **35円** (税別)

※入会時には事務手数料3,000円(税別)が必要となります。  
※ご入会後3ヶ月未満で退会手続きをされる場合、正規の月会費のお支払いが必要となります。

WEB限定

お得なスペシャル  
クーポン配信中!

クーポン画面を保存して  
受付に提示するだけ!  
詳しくはホームページへ!



アフター ¥7,500 (税別)

利用時間 / 月~金 17:00~23:00 ※祝日の場合は利用できません。

フルタイム ¥10,500 (税別) 利用時間 / 9:00~23:00  
昼も夜も、1日中使い放題!好きな時間にすきなだけフィットネス

デイトム ¥8,000 (税別) 利用時間 / 9:00~17:00

昼間のお買い物やお出かけついでにフィットネス  
他にもご用意しております詳しくはHPをご覧ください。

RSC レイスポーツクラブ岡山

お問合せ TEL.086-233-2626

〒700-0944 岡山市南区泉田1丁目7-6 休館日/第2日曜日

営業時間 / 月~金 9:00~23:00 土 9:00~21:00 日祝 9:00~19:00

レイスポーツクラブ岡山 検索 URL <http://ray-sports.jp/>

レイスポーツ内にあるから  
トレーニング後や仕事帰りに最適!

腰痛・肩こり・骨盤矯正・事故による  
ムチウチなどお任せください!

ヨリミツ治療塾  
れい岡院