

爽快サイクルエンターテイメント

Hyper Body Make  
enjoy&effect be myself

# ボディメイクサイクル



仲間と一緒に楽しくできる！

定員16名  
予約制

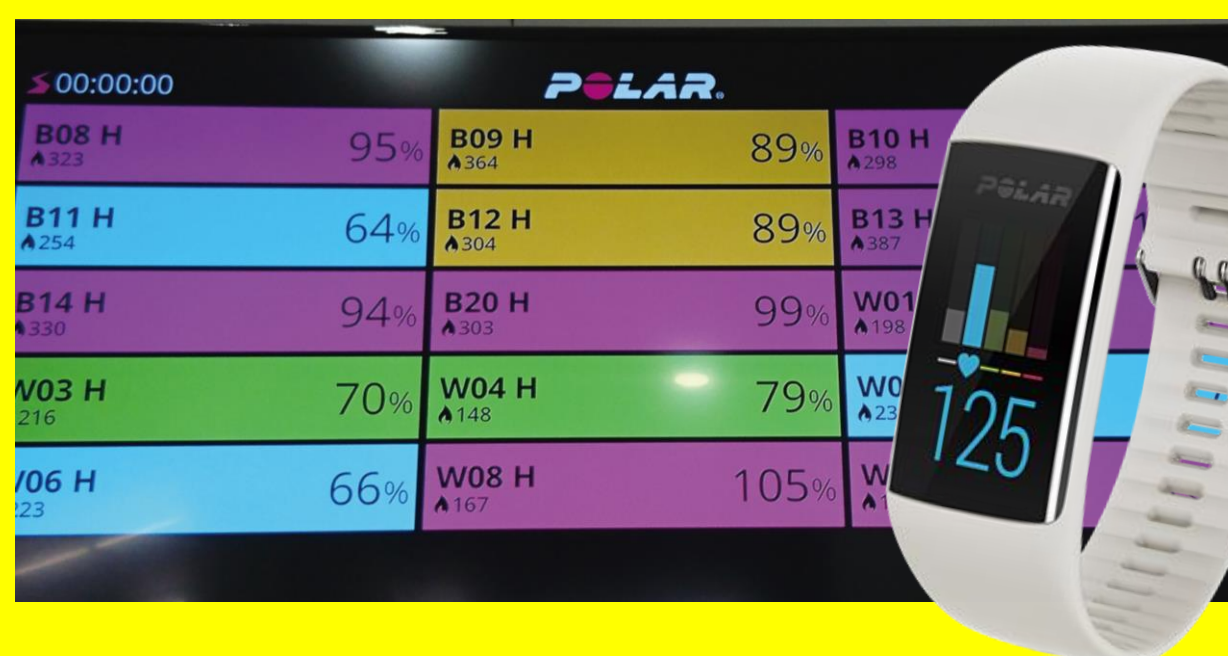
誰でも簡単にできる！  
全て無料！

## 結果と楽しさの融合！7つのメリット！

### ①モチベーションアップ！

心拍数をリアルタイムにチェック

運動中の心拍数をモニターに表示！  
目的に合わせてコントロールできるので  
モチベーションも達成感もアップします。



### ②初めての方も安心少人数制プログラム

少人数制のプログラムですので、トレーナーがサポート&フォロー。どなたでも安全に運動できます。

### ③効率的にダイエット！目指せメリハリボディ！

脚などの大きな筋肉を中心に使うことで、シェイプアップ効果抜群です。気持ちよく脂肪燃焼しましょう！

### ④高揚感・一体感の共有みんなで盛り上がり！

インストラクターや仲間と一緒に楽しく汗を流せば、最高の気分になれること間違いなしです。

### ⑤ 트렌디！爽快サイクルレッスン

サイクルバイクを爽快に漕ぎながら、体幹までしっかり引き締めます。楽しみながら理想のカラダに！

### ⑥圧倒的な充実感と非日常体験！

非日常的な空間で軽快なリズムに合わせて行うワークアウトは、今まで感じたことのない新しい感覚です。

### ⑦嬉しい！話題のアフターバーン効果

適切な心拍数の継続によって、30～40時間も脂肪燃焼が続くとされています。