

・16回3ヶ月モニター様・

忙しい大人女性へ  
最短で理想の美しさを—

パーソナル  
トレーニング

痩身  
エステ



-7kg達成!

EXTREMITYのエストレは地域初！  
『パーソナルトレーニング』『痩身エステ』を  
組み合わせた新しいスタイルのダイエットプログラムです。  
貴方の目標や目的、運動レベルに合わせた  
トレーニング指導、痩身エステのサービス  
100分間の至高の時間を提供いたします。

## エストレ 5つの特徴

エクストリミティ

運動だけで落とすのは時間がかかる  
セルライトには“痩身エステ”  
一時的な結果ではなくリバウンドしづらい  
引き締まった身体づくりには“トレーニング”

## 01 脂肪燃焼に特化

パーソナルトレーニング  
の直後に痩身エステを  
行うことにより、体内の  
リパーゼを活性化し  
パーソナルトレーニング  
による脂肪燃焼効果を  
最大限高めます。



## 02 オーダーメイドプログラム

お客様の目標や目指すカ  
ラダ、運動レベルに合わ  
せて【ウェイトトレーニ  
ング】【ストレッチ】【有  
酸素運動】などを、組み  
合わせたメニューをトレ  
ーナーがしっかり指導して  
おります。



## 03 一人ひとりに合わせた施術

最新痩身マシンにより  
お腹や腰回り、脚など、  
一番気になる部位に直接  
アプローチすることがで  
きます。  
貴方の身体に合わせた施  
術とご要望に合わせ至高  
の時間をお楽しみいた  
できます。



## 04 体質改善サポート

エステプロラボ認定店  
腸活・インナーケアによ  
る体質改善により  
身体の内側からも綺麗を  
サポートします。  
お悩み・目標に合わせた  
適切なメニューをお伝え  
します。



## 05 充実した無料サービス

エクストリミティでは  
レンタルウェア・タオル  
水素水・BCCA飲み放題  
プロテインビュッフェ  
(常に4種類以上あり◎)  
全て無料で提供しており  
ます。



## 【エストレ】の流れ まずはLINEにてモニター体験をお申込みください♪

①カウンセリング ②パーソナルトレーニング ③痩身エステ

④ご相談  
無理な勧誘はありません◎

お疲れ様でした♪



丁寧なカウンセリングで  
お悩みをじっくりお伺いします  
体分析インボディにて体質を測定



貴方にあったプログラムで  
トレーナーが丁寧に指導♪  
初心者の方でも安心◎



最新痩身マシンで  
気になる部位を集中ケア！  
トレーニングを頑張った後の  
ご褒美エステ♪



トレーナーとエステティシャンの  
両方の観点から貴方に合う  
日常ケアや食事のご相談等  
をお伝えします



個室のパウダールーム完備  
お出かけ前でも安心◎  
ゆっくりお仕度が出来ます