

お客様の声

お名前(イニシャルでも可) K S 様 ご年齢 30 代

Q.なぜパーソナルジムに通おうと思われましたか？

元々運動は嫌いでしたが、身体を動かしてみようと思っていました。

Q.実際に通ってみてパーソナルジムに対するイメージの変化はありましたか？

自分の身体に合う運動ができて「こんなと楽しいな」と感じました。

Q.通う前の不安やお身体のお悩みはありましたか？

「あ、辞めて（えいそう）かという不安が大好きです。

Q.通い始めてご自身の中でどのような変化や効果を感じましたか？

無理のないストレッチもできて短時間だけでも前と比べて変化が全然変わる事、自分でもびっくりでした。

Q.Make it! メキットを利用して見た率直な感想をお聞かせください。

運動が音でなくても簡単なストレッチから始め、徐々に身体が動かすのがいい頃からもっと運動し始めたい」というくらい運動がもっと楽しく感じました。

Q.運動に対して不安がある方へ言葉をかけるとしたらどんな言葉をかけますか？

お身体に不安や運動が音の方でも個人に合ったストレッチから教えてあげることで初心者の方でも是非Make it!がめっちゃできる。運動前と運動後の変化が全然変わります!

ご協力ありがとうございました。