

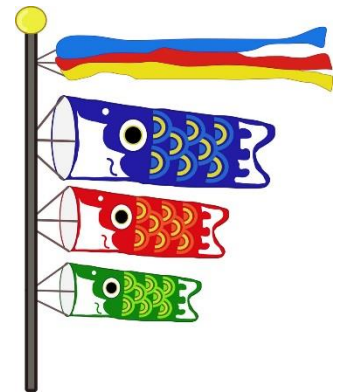


2017年4月29日発行

お花見の季節も終わり、新緑の緑が鮮やかな季節となってまいりました。

マラソン大会に向けたトレーニング、夏に向けダイエットに励む会員様が増えてきました。結果のみにとらわれず、安全で健康な身体づくりを医科学的なサポートで皆様を応援します。

会員様のお越しをスタッフ一同お待ちしております。



La santé マシン紹介

高気圧酸素カプセル

高気圧酸素カプセルの原理・・・

- 天気の悪い日（低気圧）頭がすっきりしない、気分・カラダが重い、頭痛がするなどの症状が現れる。
- 天気の良い日（高気圧）カラダの調子が良い、疲れが残りやすくコンディションが良好。

酸素カプセルは高気圧状態にしてカラダの調子を整えます！

- リンパの流れにより血流を促進：筋肉に刺激（圧力）をあたえることにより流れリンパを促し、血流を促進する。
- 成長ホルモン（IGF-1）の増加：酸素カプセル使用継続約3ヶ月目で大きく増える。



酸素カプセル Q&A

- Q:酸素カプセルを利用すると、どんな事に良いのですか？
 A:体内の酸素が増えて、血液もサラサラになります。それにより細胞が活性化し、疲労や怪我の回復が早くなります。
- Q:酸素カプセルは1回で効果がわかりますか？
 A:効果には個人差があります。ほとんどの方は週2回4週間ほど続けて頂くと効果を実感できます。
- Q:どのくらいの頻度で利用すれば良いですか？
 A:目的にもよりますが、週2回程度のペースをオススメします。
- Q:年齢制限や酸素カプセルを利用できない人はいますか？
 A:年齢制限はございません。妊娠中の方、インシュリン投与中の方、ペースメーカー等人工臓器を埋め込んでいる方、発作症の持病がある方はご利用いただけません。
- Q:耳抜きをしたことがありませんが利用できますか？
 A:本機は、加圧時間、減圧時間も1分単位での設定ができますので耳の負担をかなり軽減できます。また、スタッフが耳抜きの仕方も教えてくれるので安心です。
- Q:副作用はありますか？
 A:大気中の空気を加圧している為、酸素中毒や活性酸素が増える心配はありません。

疲労回復
 美肌・冷え解消
 アレルギー症状低減
 ケガの早期回復
 二日酔い予防・回復
 脂肪燃焼
 アンチエイジング
 コリの解消

利用料金

会員の方…30分	540円
60分	1,080円
会員外の方…30分	1,080円
60分	2,160円

法人会員様 ご紹介

今回は、宝田整形外科クリニック開業以来 12 年間郵便に関わるほぼ全ての業務を依頼し担当して下さっている 廻館郵便局 様をご紹介致します。

庄内町にあります廻館（まわたて）郵便局と申します。
郵便局の窓口業務が中心という仕事柄、どうしても運動不足になってしまい健康診断の結果を、恐怖を感じながら確認するというここ数年…
これではダメだ!! ということで、La sant é さんにお世話になることに。
優しく明るいスタッフさんの指導の下、最新のマシンを広いフロアで伸び伸び利用できるこれは本当にありがたいです。
社員も La sant é さんの雰囲気の良いさに魅かれ、定期的に通っています。
これからも廻館郵便局社員一同、“脱メタボ” のためお世話になります。

会社名：廻館郵便局
責任者：局長 今井 慶
所在地：庄内町廻館字館舎 30
連絡先：TEL 0234-43-2104
従業員数：3名
事業内容：郵便・貯金・保険・カタログ販売



今後も末永くお付き合いよろしくお願い致します。
そして、社員様の健康維持、増進の為に La sant é のご利用をスタッフ一同お待ちしております。

スタッフ紹介

①名前 ②趣味 ③一言



- ①松浦 麻生
- ②創作、映画鑑賞、温泉
- ③丁寧なコミュニケーション作りを心がけ研究を行いながら、日常がもっと楽しくなるように精一杯サポートさせていただきます。

お知らせ

☆スタジオ教室会員 5月入会金割引キャンペーン〔通常 5,400円 ⇒ 1,080円〕

☆スタジオ教室～5月体験会～

- リラクゼーションヨガ 講師：尾形まさみ氏
- ボディーメイクエアロ 講師：門脇奈美子氏
- パワーストレッチヨガ //
- 自彊術 講師：白旗けい氏

体験会参加料（1レッスン）1,000円

☆骨盤底筋エクササイズ 講師：難波ハツ子氏

☆ヘルスアップ教室 指導：La Sant é スタッフ 島谷一成

※詳しい内容、開催日時は La Sant é 内お知らせボードをご覧ください。
スタッフまでお問い合わせ下さい。

メディカルフィットネス La sant é
〒997-0825 鶴岡市日枝字小真木原88-1
TEL：0235(64)8858
e-mail：lasante@takaradaseikei.com

