

心肺機能のUP!!
ダイエット効果!!

ハイテクスポーツ塾

心
肺
機
能
の
UP!!
ダ
イ
エ
ッ
ト
効
果
!!

低酸素会員

募集!!



・ 月10回 (1日1回30分~)

※プラス料金で時間延長可能

・ 時間 平日 13:00~18:00

土 12:00~18:00

日祝 12:00~16:30

・ 入会すると、ロッカーシャワー
いつでも無料で利用可

1ヶ月 ¥10,500

2014年3月末まで

※別途入会金¥5250がかかります

■低酸素トレーニング(高地トレーニング)の効果

低酸素トレーニングルームは標高3,500m(酸素濃度13.6%)の酸素濃度にする事が出来、この中でトレーニングを行う事により心肺機能を高め、マラソンなどの持久力を高める事が出来ます。東京の真中で高所トレーニングが出来るシステムです。

また、低酸素の中での運動は脂肪燃焼を早める為、ダイエットにも効果的です。



ハイテクタウン

TEL : 03-5281-3315

<http://www.hi-sports.com/>

