



## 女性専用トレーニングジム「マドンナ」。

ダイエットや持久力向上など女性ならではのプログラムを中心とした  
プログラムトレーニングを行っています。



## パーソナルトレーナーによる あなただけのスペシャルメニューも。

人それぞれ目標は違うもの。  
今まで自己流で挫折した方などトレーナーの資格を持った  
当スタッフによるパーソナルトレーニングでになりたい自分になってみませんか。



### NEWS & TOPICS



2020.04.24

**あなたの体が変わったと実感。  
新レッスン「ボクササイズ」開始。**  
脂肪を燃やし、持久力をつける新エクササイズ。詳しいレッスン日はスケジュール表の…



2020.04.18

**新スタッフが加わりました。  
ホットヨガを担当します。**  
ホットヨガを担当することになった市川です。  
皆様と一緒に汗をかきながら健康な体づくり…



2020.04.03

**角度が変えられる  
ランニングマシン導入。**  
45度まで角度を変えられることでより負荷を  
かけられるとともに登山などへのトレーニング…



2020.03.15

**新規会員募集中。  
只今入会金 50%OFF!! 今がチャンス。**  
春の音づれとともに新生活を始められたなど  
これを機会に健康な体づくりをしてみませんか…



2020.03.05

**お友達紹介キャンペーン。  
お友達と一緒に汗を流しませんか？**  
お一人お友達をご紹介していただく月会費を  
10%OFFとなります。お友達も初回から…



2020.03.01

**スタッフブログ。  
マッスル市川の今週の夕食メニュー。**  
大会が近いのでカロリーを少なめな夕食とな  
っております。鶏肉とプロコッリーそして…

MADONNA

<女性専用フィットネスジム マドンナ>

〒107-0062  
東京都港区南青山2丁目00-00 OOOOビル00F  
TEL.03-0000-0000 FAX.03-0000-0000  
営業時間 / 10:00~22:00 定休日/木曜日・第4水曜日

お問い合わせ

