

健康経営のサポートに。従業員の健康促進に。

COMPANY HEALTH wellness

健康
セミナー

出張
レッスン

姿勢
測定会



■ スロプログラム一覧

料金

50,000円～

※60分開催の場合

プログラム名	内容	区分	カテゴリー
正しく理解し、習慣化へ マインドフルネス入門	専門トレーナーによるマインドフルネスとは何か、を分かりやすくお伝えします。	セミナー	メンタル
明日からすぐ実践！ マインドフルネス講座	明日からすぐに導入が出来るように実践的なマインドフルネス、をお伝えします。	セミナー	メンタル
腸から元気に！ 腸活セミナー	今話題の腸活。あなたの腸タイプを知り、生活習慣に取り入れることが出来るようお伝えします。	セミナー	ライフスタイル
健やかなカラダ作りへ 女性の健康づくり	女性ならではの問題に着目し、いつまでも健やかな生活が送れるようお伝えします。	セミナー	ウェルネス
疲労回復に必須！ 睡眠サイクルを見直す	生きてく上で欠かせない睡眠を疲労回復と絡め、より質の高い睡眠に繋がるようお伝えします。	セミナー	ライフスタイル
ゆがみをスッキリ解消 Yugaプログラム	ゆがみ矯正に特化したオリジナルプログラムをトレーナーが出張指導致します。	レッスン	ウェルネス
トレーナーが出張指導 レッスンプログラム	ご要望に合わせたスロプログラム(体操、ヨガ…等)をトレーナーが出張指導致します。	レッスン	ウェルネス
あなたの不調原因を発見 ゆがみ測定会	医療機関でも利用されている測定機器を使用し、トレーナーがアドバイスします。	測定会	ライフスタイル
カラダのお悩み解決 健康相談会	有資格のトレーナーがカラダのお悩みなど、健康相談会を開催させていただきます。	—	ウェルネス

*記載価格は消費税別となります。

*別途交通費が必要となります。

*ラインナップは2019年9月現在のものとなり、変更する場合がございます。

実施までの流れ



企業様のお悩みや課題をヒアリングさせていただき、プログラムを作成することも可能です。お気軽にお問合せ・ご相談ください。

■ お問合せ

株式会社フィットブリッジ
担当：鈴木 雄大

Tel : 047-197-3877

Mail : suzuki@yuga-studio.com