



人生100年時代！
いつまでも自分の足で歩くために。



中高年のための食事指導・ 優しいパーソナルジム

Yoga spoon -ヨガスプーン- 松山市 垣生

こんなお悩み、ありませんか？

- ✓ 運動しなきゃと思うけど、一人だと続かない
- ✓ 人が多い大手ジムは気疲れする
- ✓ 娘・息子に介護で迷惑をかけたくない
- ✓ 病気の予防と改善のために努力したい
- ✓ 1対1の丁寧な指導を受けたい
- ✓ 整体や整形外科通いを卒業したい

あなたの「生涯動けるカラダ」をマンツーマンで守ります

A Health & Maintenance

パーソナルトレーニング&ヨガコース

一人ひとりに合わせたパーソナルトレーニング
グループヨガ付きのコースでお得
整体いらずの体を目指す定期メンテナンス

月額 **18,000円** / 月

(グループヨガ 月4回 + 月2回 パーソナルトレーニング)

パーソナル (ヨガ・トレーニング) のみご利用

1回券 (1h)	7,000円
5回券 (1h×5)	30,000円

初期費用 ※グループヨガ・ダンスのみのコースはキャンペーン期間外です

入会金	5,000円 → 8月末まで無料
事務手数料	2,000円 → 体験日入会で無料

店舗情報・ご予約・お問い合わせ



店名: Yoga spoon (ヨガスプーン)

住所: 愛媛県松山市西垣生町559番地3 三原産業ビル2F (駐車場完備)

電話: 080-6395-0851 レッスン中は対応できませんので、折り返しをお待ちください

まずは「体験レッスン」にお気軽にお越しください！ご予約は公式ラインかお電話で！

B Health Beauty & Lifestyle

ダイエット食事指導&ヨガコース

一生モノの健康習慣を作る食事アドバイス
ヨガ毎日1本まで受講し放題！
毎日のLINE食事チェックで無理なく続く

月額 **30,000円** / 月

(ヨガ1日1本 + 月4回食事指導 + 毎日LINE)

5名様限定モニター募集

2ヶ月で5キロ減を目指す方で、
お写真・動画を使用させていただける方 (お顔は隠します)

月額 **25,000円** / 月 ※コース内容は上記と同じ

パーソナル or 食事指導 1時間

体験2,000円

通常3,000円です。2026年8月末まで割引価格！

上記料金表は全て税込表示です

年会費・コース変更料・休会費・退会費: 無料

復会費: 無料 (お休み期間半年まで)

公式LINE



生涯動けるカラダ、マンツーマン。

周りに合わせなくていい。
パーソナルだから。

体験受付中

西垣生町559番地3 三原産業ビル 2階

