

く町田をフィットネスの街へく 空を飛ぶエクササイズでココロとカラダを軽く 他にはない最新のフィットネスを提供中

Studio プラムライン



継続受講することで血流の流れがよくなり、冷え性の緩和やシワの改善、肌質の向上も期待できる。
また、クロストレーニングとしてご自身が今行っているスポーツや趣味のために採り入れることもおススメだ。

Studio プラムライン（運営：株式会社 Plumline、町田市原町田、保坂直美代表取締役、042-723-1236、<https://plumline.co.jp>）は、小田急町田駅東口から徒歩2分の通いやすいフィットネススタジオである。空を飛ぶ、重力と遊ぶ、他にはない“空中フィットネス”が大人気となっている。

オリジナルハンモックを使った無加圧、体圧分散の布にすっぽり包まれてお休みする時間は至福の時…。全身の筋肉を鍛え、

ながらバランス感覚を養い、三半規管をも鍛えていくことが出来る。もちろん、段階的なトレーニングが組みまれ、「空中」でも無理なく安全に受講可能なプログラムとなっている。課題解決型フィットネスとしてより効果的なレッスンをを行い、特に腰痛改善・予防、日頃の不眠・睡眠不足の改善につなげ、1回のレッスンでストレス解消！毎日をより活動的にしてくれるだろう。



少人数、完全予約制で、新感覚の空中フィットネスをぜひ体感してください！

「どこにもない空中フィットネスを、優秀なインストラクターとともにどうぞ！法人様個人様問わず、お知り合いやご家族と、また企業様の福利厚生としてご利用いただければ幸いです。オフィスワークなど腰痛になりやすいご職業の方、ひどい肩こりや腰痛、痺れが取れない方には定期的な受講が効果的です」と保坂社長は語る。

まだ体験されていない皆様、ぜひご利用ください！スタッフ一同、お待ちしております。