











D. 種子島 160km

A. 伊豆大島 45km

B. 小豆島 80km

C. 宮古島 100km

E. 佐渡島 260km

実施期間

7月1日(金)～
8月30日(火)

有酸素チャレンジ!

この夏は涼しいヴィムで
有酸素運動を行いましょう!
5つの島から好きな島を選び
有酸素マシンで島1周を目指します
達成すると素敵なプレゼントが…♪

チャレンジ島

- A.伊豆大島 45 k m
- B.小豆島 80 k m
- C.宮古島 100 k m
- D.種子島 160 k m
- E.佐渡島 260 k m



新たな
目標づくりに♪

涼しいヴィムで
たくさん歩こう!

今年の夏は
体を動かすぞ!

対象有酸素マシン

ランニングマシン



アークトレーナ



エアウォーク



エアロバイク



実施期間

7/1(金)~
8/30(火)

申込 & 受付

2Fジムフロント
※スタッフに
お声掛けください