

# 目標達成への近道！！

## WSキー・システムのご紹介

WSキーが目的達成へのサポートグッズ！

### こんな方にオススメです！！

- ・マシンの使用方法に不安がある！
- ・実施したトレーニングの履歴を残したい！
- ・スマホでトレーニング管理をしたい！

※個別プログラム作成希望の方は、マシンジム内実施の  
「個別指導トレーニング」(予約制)をご活用下さい。



フロント券売機にて、  
1,200円で販売中！

### STEP 1



- ✓ ベーシック I よりプログラムスタート！
- ✓ プログラム・運動履歴を自動で管理！

### STEP 2



- ✓ マシンはキーを挿せば自動スタート！
- ✓ 負荷や回数も表示してくれます！

お身体にあったプログラムで生き生きとした毎日を過ごせること間違いない！！

### STEP 3



- ✓ 運動結果はグラフで表示！
- ✓ 走った距離や消費カロリーが一目瞭然！



- ✓ インボディ測定を、初回購入時より、  
1ヶ月後・その後は3ヶ月毎に、  
完全無料で測定が出来ます！  
体組成データも一括管理
- ✓ ご自身でいつでも確認可能です！

トレーニングを継続するには、効果を実感すること！効果を見える化！！

### STEP 4



- ✓ 記録された運動データは  
スマートフォンやウェブで確認可能
- ✓ 体重や血圧もご自身で入力できます！

- ✓ 各種アプリとも連動可能でランニングログなどの外での  
運動、活動量も一括管理

スマホアプリを活用して、楽しく運動を習慣にできます！