

なま-らだより。11月号

ナマ-ラ YouTube 更新中

いつもナマ-ラチャンネルをご覧いただき、ありがとうございます
ごさいます😊💎

ナマ-ラチャンネルでは、皆さまからの疑問や質問を
募集しております!! トレーニングについてはもちろん、
スタッフに関する質問など、ジャンル問わず受付中!!
館内に設置された投書箱や、動画のコメント欄に
どしどし送って下さい💎 よろしくお願いたします

今ゴリの

人生サプリ漬け vol.2

まさかまさかのサプリメントコラム vol.2 ... !!!

アルブロンのBCAAに、味つきが登場ー...!!

運動中の集中力を高めたり、疲労感の軽減に役立つBCAA。

健康的な生活を送る上で、私、今ゴりは運動をしないう日にも飲むことを強くおすすめしたい。

唯一の弱点であった苦さも、今はパイナップル、
レモン、エナジードリンクというテイストにレベルアップ。
更に、免疫力を高めたり、筋肉減少を抑える
グルタミンもかなりプラスされ、究極の...
いや、最強の総合アミノ酸に仕上がっています。
運動効果を高めたいアタタ、まずはBCAAから
デビューしちゃいなよ。



今ゴリ

窓の開け閉めについて。

冬期の間、窓の開け閉めについてのお願いです。
冬期の間は、冷たい風が入ってきますので、窓を開ける際は、スタッフへお声かけ頂きますよう
お願いたします。

クリスマスパーティー計画スタート!!!

