

PROUD TO TEACH THE
**WORLD'S BEST
BODYWEIGHT TRAINING**



日本初上陸

『THE ZUU』

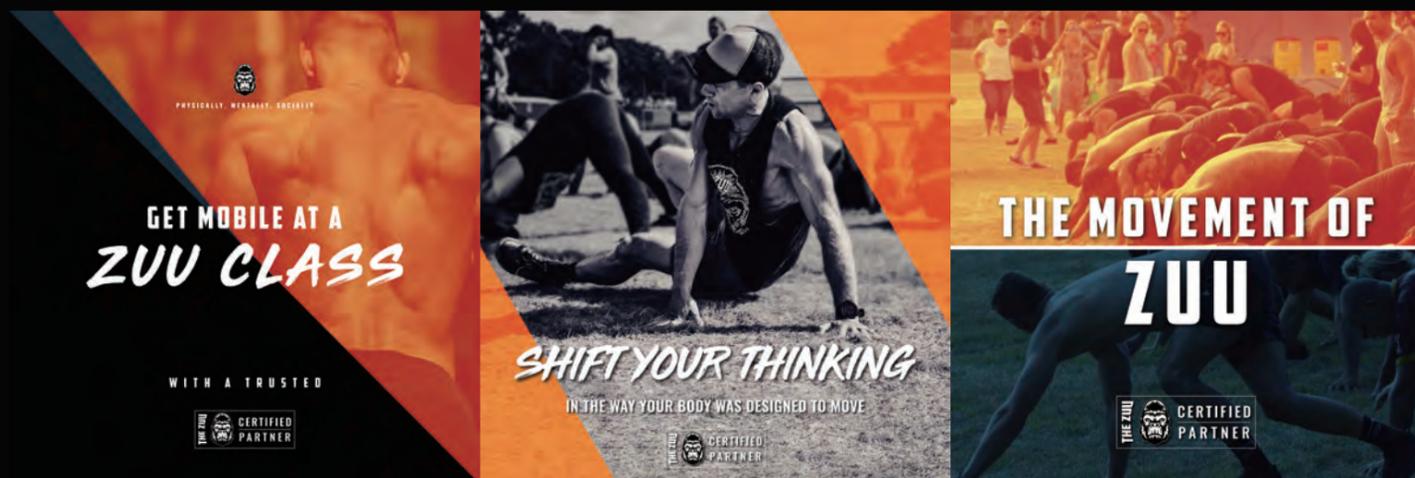
オーストラリア発のボディウェイトトレーニングシステム『THE ZUU』
世界中で ZUU BABY (ZUU のトレーニングを行う人達) が増殖している
THE ZUU トレーニングをインストラクター資格取得希望の方 & 一般のトレーニー向けに大阪で開催します。
10/12 (土) & 13 (日) に ZUU Certified Partner の若井コーチ (ZUU Silver レベルコーチ) を
招いて JPEC 大阪で ZUU クラスを開催します。

10/12 (Sat) at JPEC

- ① **10:00** ~ (60min)
- ② **14:00** ~ (60min)

10/13 (Sun) at JPEC

- ① **10:00** ~ (60min)



<THE ZUU の特徴>

THE ZUU は、動物の動きを取り入れた高強度・低衝撃トレーニングです。
ストレングスやフィットネスを向上させるだけでなく、モビリティを改善して、ケガ予防にも役立ちます。
THE ZUU の独自のカルチャーは、同じレッスンの中に全く違うレベルのユーザーが混在しても、
お互いが助け合いそのトレーニングを全員で成し遂げます。
それにより協調性、団結力そして達成感が生まれます。
セッション中に全員が**ハイタッチ**を行うことで、人と人のコミュニケーションがよりいっそう深まります。
個人で、友人とまたは企業や団体参加しても、全てに対応可能なプログラムです。

→→→ **お申込は info@jpecism.com まで**

参加費 一般の方：¥3,300 (税込)

資格取得を目指す方：¥4,400 (税込)
(セッション後に 30 分の講義が在ります)

場所：JPEC

主催：JPEC

Produced by 株式会社モントルー

THE MOVEMENT OF ZUU



ゴリラ
GORILLAS

GET A
TOUCH!

TIRED OF TRAINING ALONE?



IGUANAS イグアナ



ベアー
BEARS

10/12(SAT)

10/13(SUN)



FROGS フロッグ

COME AND TRAIN WITH US!

1人でするトレーニングに飽きてないですか？