

コ ラ ー ゲ ン の フ ィ ツ ト ネ ス

Freedom
women's fitness

め
ち
や
め
ち
や
楽
し
ん
で
い
き
ま
せ
う。

夏ボディ応援キャンペーン 8月31日 水まで

特典1 入会金&会員登録料 **¥0**でSTART

特典2 さらに初回月会費が **¥1,100**でGO

Freedom
women's fitness

フリーダム ウィメンズフィットネス 女性専用ジム

お問い合わせ・体験予約はこちら tel.042-306-2410

営業時間 平日/9:30~14:00 18:00~22:00 土日祝/9:00~14:00 休館日 月曜日定休

〒189-0013 東京都東村山市栄町2-32-13 CSビル2F

フリーダム 久米川  <https://freedom-gym.com/>



最新情報

SNSで発信中♪



レッスン
パーソナル
Collagen

この夏からはじめる新しい習慣
一石二鳥の運動&ビューティー

ピンク色のFITNESS

毎日レッスン実施中 少人数制だから安心! 無料で受け放題!

コラーゲン
光線浴
お肌ぷるん!

ベビーズコラ
Baby's Colla
BEAUTY SKIN TREATMENT

レッドライト
「赤色光633nm」



FreedomコラーゲンCell

リズムスロー

ピラティス

Bodymakeチューブ

シェイプJijyu

リカバリーストレッチ



専用のコラーゲンジェルを使用して、セルフマッサージやリンパケアを行います。年齢と共に排泄しづらくなる老廃物を流し、デトックス効果が期待できます。



ゆったりとした音楽でじっくりエクササイズしていきます。インナーマッスルと言われる深層部の筋肉を刺激し、美しい姿勢としなやかな動きを身につけましょう。



Freedomで人気のレッスン! 身体の使い方を変えると、ボディラインも変わります。ぽっこりお腹もすっきり解消♪キレイな人はみんなピラティスしてる!?



トレーニングチューブを使用した筋トレレッスン。ボディパーツのバランスが美ボディのポイント。痩せやすい身体づくりで、ダイエットを卒業しよう。



道具を使わず自分の自体重(Jijyu)のみで行う、サーキット形式のトレーニングレッスンです。HIITトレーニングで余分な脂肪をノックアウト!



快適な身体と心をリカバリーさせましょう。誰でも気軽に参加できるストレッチのレッスンです。猫背が気になる方や疲労感がある方にもオススメ!

夏ボディ応援キャンペーンで
この夏、さらに魅力的なあなたに

女性のキレイになりたいを叶える場所

Freedom

women's fitness