

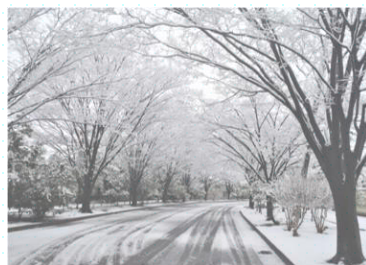


# サロンDoo

## 木曜午後のご案内



短時間で集中的な機能訓練を





## 熟練スタッフが最適なトレーニングプランをご提案

ご利用者様の個々の目標を達成する為に、理学療法士と作業療法士が連携し運動プログラムを作成



同じ悩みを持った人達と情報共有や相談ができる。

60代 男性

## 自然豊かな環境下での屋外歩行練習

鳥屋野湯周辺の四季を感じながら実用的（長距離・不整地）な歩行練習ができる！



## 若い方向けのフィットネスデイ

50代・60代・70代の方が中心にご利用されています。

自分のペースで運動できる所や各集団運動で体全体の筋トレになるのは良い。特にレッドコードはサロンDooの運動の魅力だと思います。スタッフも親身になって話を聞いてくれる。 70代 女性

私にとっては運動量とペースがとても丁度良い。

50代 男性



## 身体部位別のトレーニング

上肢・下肢・体幹とそれぞれの部位に特化した小集団運動や運動機器、スリングを使っての運動ができる！

見学・無料体験ご希望の方は、お気軽にお問い合わせ下さい。  
デイサービス サロンDoo

TEL：025-384-4970

（相談員：関・海発）

新潟市中央区清五郎301番地