

## あなたの声をお聞かせください

いつも AIR Fitness&Wellness をご愛顧いただきまして、誠にありがとうございます。  
今後もより多くのお客様に喜んでいただくため、アンケートへご協力いただければ幸いです。  
どうぞ、宜しくお願い致します。

お名前	性別	年代	ご職業
山内 希	男・女	30 代	会社員

Q1. ジムに通おうと思ったきっかけは何でしょうか？

竹 筋力、体力を付けたい、体を大きくしたい、

Q2. AIRを選んでいただいた理由は何でしょうか？

スタッフの指導が受けられる、明るい雰囲気、設備が充実している、

グループレッスンでの追い込みが楽しいです、

Q3. 通われてから、お身体やお気持ちに効果・変化はありますか？

トレーニング時に<sup>掛</sup>ける負荷が上がってきているので着実に筋力は付いてきて  
思っています。腕や胸も大きくなって(はず)

Q4. これから AIR に通おうとお考えの方へ、アドバイスをお願い致します。

自分<sup>もまだ</sup>に<sup>まだ</sup>、~~追い込みを甘くしてしまふ事もあります。~~  
追い込みの部分もあります。

頑張り続けていって確実に、目に見えて成果<sup>得られ</sup>が得られると思えます。

報われず努力、成功体験を重ねるという意味でもとても良い習慣になると思えます。  
ご記入ありがとうございました。

本内容については、HP・SNS等でご紹介させて頂く場合がございます。

運動を習慣付けようとして生活  
リズムが整って、目覚めが良い。

**AIR**  
Fitness & Wellness