

# ミズノスポーツ ラララフィット LaLaLaFit

ミズノだからできる3つのコンセプト  
できる！楽しむ！つづく！



「できる」  
MIZUNO  
QUALITY

「楽しむ」「つづく」



「できる」

運動を熟知したトレーナー講師による個別性重視の  
「できる」プログラム

「楽しむ」

ミズノ機能性グッズの活用による運動サポートで  
「楽しむ」プログラム

「つづく」

自己実現の達成による行動変容で  
「つづく」プログラム

1回の  
運動の流れ

個人で  
体調チェック  
血圧・体重  
など  


ストレッチ



椅子やボール  
さまざまな  
ミズノオリジナルグッズ  
を使った  
プログラム実施

クールダウン  
ストレッチ



個人で  
体調チェック  
血圧・体重  
など  


