

お客様 インタビュー②

70代男性 Bさん

長年仕事で肩掛けかばんを使用していたので身体の傾きが悩みでした。
マゼラン湘南佐島に入居後、パーソナルトレーニングを受けるようになってきてから、徐々にゆがみが良くなっていき、傾いていた姿勢が改善されたように感じます。



実際の数値変化

入居後、消費カロリーが増加するにつれ、体脂肪率の減少が見られた一方、筋肉量は増加しています。また、パーソナルトレーニングにより、姿勢にも改善が見られました。

体脂肪率

22.1% → 20.0%

消費カロリーと筋肉量の推移

