REGBODY	令和　年　月　日 コース：　　コース （新規・継続）

最終目標	
なりたい状態 なりたいカラダ	
数値目標	

初回	1ヶ月	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月	11ヶ月	12ヶ月

運動・セルフケア・トレーニング	食事
サプリメント	日常生活で気をつけること