

パーソナルトレーニング ～有料パーソナルプログラム～

こんな方にお勧め！

- トレーニングはしているが効果が出ない••
- 最近運動不足だけどなにかから取組めばいいか分からない••
- もっとスポーツのパフォーマンスを上げたい！
- 効率よくダイエットしたい。
- 身体の柔軟性を取り戻したい。 etc

Personal training



まずはカウンセリングで目標の明確化



マンツーマンだから出来る
効果的なトレーニング指導！

概要

▼ 料金 ▼

60分 6,600円(税込)

45分 4,950円(税込)

30分 3,300円(税込)

※パーソナル実施30分前までに窓口での入金またはチケット購入(7月より開始)が必要です。

※パーソナル実施30分前までに入金が確認できない場合は、自動キャンセルとなります。

※入金後のキャンセル返金はできませんので予めご了承ください。

但し、担当者都合でトレーニングが中止になった場合は返金致します。

※**トレーニング当日は、別途370円(利用料)が必要です。**

▼ 対象 ▼

初回オリエンテーション受講者でトレーニングルーム利用者

※高校生(15歳)以上

▼ 受付 ▼

来館もしくはお電話での受付になります。

※来館された際は、直接トレーニングルームまでお越しになり

直接担当者またはトレーニングルームスタッフにお申し付け下さい。

※毎月25日より、翌月分の受付開始となります。

(25日が休館日の場合は、翌営業日から受付開始)

※原則として実施日の前営業日までに予約が必要ですが、

当日ご希望の方は、担当者に直接ご相談下さい。

お一人様2枠まで予約可能です。

パーソナルで出来る事

- カウンセリング
- メニュー作成
- ペアストレッチ
- トレーニング指導
- 姿勢改善 etc



2024年6月分より
受付開始予定です