

ワンポイント トレーニングアドバイス



◎マンツーマンでトレーニング指導◎

このようなお悩みございませんか？

- 私って…正しい姿勢でトレーニングができているのかしら？
- 肩コリ、腰痛の予防に。
- もっと効率的にトレーニングがしたい!!一人では不安？
- フリーウエイトトレーニングを一から教えてほしい。
- 競技者トレーニングサポート。 etc…



価格 : **3,300円(税込)** 40分/1回

定期券購入者割引

2,200円(税込) 40分/1回/定期券期限内

8,800円(税込) 40分/1回/4回券(回数券)

対象 : 初心者～ 生活習慣病予防～ 各種トレーニング指導

申込 : 予約制 (トレーニングルーム受付窓口・TELにて承ります。)

※初回来館の場合は、ご登録(要予約)が必要となります。

トレーニングルームTEL 072-883-9512