

加圧・パーソナルトレーニング

【メニュー・料金】

パーソナルトレーニング
30分… 3,300円(税込)
45分… 4,400円(税込)
60分… 5,500円(税込)

加圧トレーニング

15分… 3,300円(税込)
30分… 5,500円(税込)

「丁寧」で「分かりやすい」「効果的な」
そして何より、みなさんにトレーニングは
「楽しい」と感じて頂ける指導を心掛けて
います。



担当: 津田 肯 月・火・土曜日 (要予約/相談)

パーソナルトレーニング

【メニュー・料金】

30分… 3,300円(税込)

60分… 6,600円(税込)

ひざや腰、肩の痛み、坐骨神経痛や
なんとなく身体がだるい等、お困りの事が
ありましたら、男女問わずお気軽に
お声がけ下さい。お一人お一人に
合った方法で改善のお手伝いを
致します。



担当: 佐藤 玲子 木・土曜日 (要予約/相談)

パーソナルトレーニング

【メニュー・料金】

30分… 3,300円(税込)

60分… 6,600円(税込)

回数券(1回60分)

4回 25,400円(税込)

8回 50,800円(税込)

医学的観点から検査測定・理論を
基に身体を改善する指導をします!



担当: 守屋 昂介 火・水・金・日 (要予約/相談)

パーソナルトレーニング

【メニュー・料金】

30分… 3,300円(税込)

60分… 6,600円(税込)

ペアトレ(2人)60分… 1人3,850円(税込)

3人60分… 1人2,900円(税込)

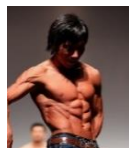
★お客様の目標に合わせてパーソナルトレーナーと
マンツーマンでトレーニングを実施。

★ダイエット、ボディメイク等はもちろん

BODYCOMBAT・BODYPUMPのフォーム修正

さまざまなご希望にお応えします。

JOYFIT認定パーソナルトレーナー



担当: 佐藤 善雄 曜日・時間応相談 (要予約/相談)

パーソナルトレーニングとは…

個人に合わせたメニューを作成し、1対1で指導致します。

まずは**無料カウンセリング**から!

いきなりトレーニング開始!

という事はございませんのでご安心下さい。

無料カウンセリングの中で、普段気にされていること
トレーニング方法や、食事管理等ご相談下さい。

