

効果を出すトレーニングを始めませんか!!



パーソナルトレーニング



～専任トレーナーによる直接指導を受けてみませんか?～

トレーニングを続けているけど、思うようにカラダが変わらない...
と悩んでいる方は、カラダが変化する仕組みを知る必要があります。

ひとりで続けても運動効果が感じられないという方は、
ぜひパーソナルトレーニングを受けて効果を実感してください!!

専任トレーナー：桑田幸治

料金プラン：① 1,500円（30分間）

② 3,000円（60分間）

※トレーニングチケット料は不要

実施：ジムトレーニングルーム内

申込：前日までの予約制 ※当日支払い、電話受付可
事前に希望日とご要望をフロントもしくは
専任トレーナーまでお申し出ください。

TEL072-738-1333

服装：動きやすい格好・ドリンクなど

その他：現在行なっているトレーニングのフォーム
が正しいのかどうかをチェックして
欲しい方や新たなトレーニング種目が
知りたい方はぜひお申込み下さい。