

Personal training Trial short

スポット体験コース

60分 ¥7,700

マシン利用案内コース

60分 ¥7,700

※記録用メニューシート付き！

※通常価格 60分 ¥9,900

- パーソナルトレーニングの1回体験コースになります。パーソナルには興味があるけど、少し抵抗がある…。そうお考えの方は、ぜひお試しください。特別価格でお試しいただけます！

【このような方にオススメ】

- なかなかトレーニングの効果がでない…。
- 専門的な知識や技術が知りたい。効果的なアドバイスが欲しい！
- 1人だとサボってしまう…。一緒に楽しくトレーニングがしたい！

- ジムマシンの使い方やトレーニングの流れをご案内するコースになります。安全で使いやすいマシンも、シートポジションやフォームを間違えると、なかなか効果が得られません。気になるマシンをピックアップして丁寧にご案内します。

【このような方にオススメ】

- 初めてジムフロアをご利用の方。
- 何からトレーニングを始めて良いのかわからない…。
- 効果的なマシンの使い方を知りたい！

【担当トレーナー】

下茂大輔
(シモ ダイスケ)

NESTA-PFT
全米エクササイズ&スポーツトレーナー
協会認定パーソナルトレーナー



ご予約、お問い合わせはフロントまで

※表示価格は全て税込価格です。
※体験価格の為、お一人様一回限りとさせていただきます。

P

ersonal training

T

rial

long

4回体験コース

¥33,660 (15%off)

+30分無料カウンセリング

8回体験コース

¥63,360 (20%off)

+30分無料カウンセリング

※通常価格 60分 ¥9,900

●パーソナルトレーニングの複数回、体験バックになります。
気軽にPT体験をしてみたい方は4回コース、本格的にPTをご検討の方は8回コースがオススメです。
それぞれ30分の無料カウンセリング付き！

●ここ数年でパーソナルトレーニングを始める方が増えています。
気にはなっているけれど、あと一歩が踏み出せない…。
そうお考えの方は、ぜひお試しください！
パーソナルトレーニングは目的達成のためのナビゲーション。
きっとトレーニングが変わるはず。
初心者の方ももちろん、経験者の方も大歓迎です！

【このような方にオススメです】

- なかなかトレーニングの効果が出ない…。
- 専門的な知識や技術が知りたい。
- 1人だとサボってしまう…。一緒に楽しくトレーニングがしたい。
- パーソナル、できれば何回か試してみたいとお考えの方。

※表示価格はお支払総額です。

※1回60分のセッションになります。

※カウンセリングは初回セッション時に行います。90分でご予約ください。

※体験価格の為、お一人様一回限りとさせていただきます。

【担当トレーナー】

下茂大輔
(シモ ダイスケ)

NESTA-PFT

全米エクササイズ&スポーツトレーナー
協会認定パーソナルトレーナー



ご予約、お問い合わせはフロントまで

新規ご入会頂いた方限定

パーソナル トレーニング

- 『マシンの使い方がわからない』
- 『効率よく成果を出したい』
- 『何をしてもよいかわからない』

お客様の不安を解消しながら、専門的に徹底サポート！



特別価格 オトクな回数券

60分×10回

79,200円



担当：桑原 幸平

サポート内容

- ✓ カウンセリング&身体評価
- ✓ オーダーメイドトレーニング
- ✓ タイ古式マッサージ&ペアストレッチ
- ✓ 食事アドバイス
- ✓ 生活習慣アドバイス

WEB決済&ご予約はこちら



ご不明点は受付スタッフまでお問い合わせください。

1回試したいプラン 8,800円/60分



※記載価格はお支払総額となります