



# あなたの なりたい姿 教えてください。

最短でその目標を実現するのが  
**パーソナルトレーニング**

## 目標達成へのプロセス

- トレーナーにまずご相談ください。
- 詳しくカウンセリング（無料）
- 皆様のご希望を詳しくお聞かせください。
- 目標と条件（運動できる曜日、時間）にあわせた運動内容をご提案します。
- トレーナーが最後までサポートいたします。
- ご不明点があればいつでもご相談ください。

## お申込方法

フロントにて「パーソナルトレーニング申込み」とお申し付けください。  
ご希望日時、トレーナーをお伺いします。

## セッション料金

**30 min** ¥3,000    **60 min** ¥5,000

[表示価格は全て消費税別となります]

