

新入会限定!お試し価格!

- ✓ 目標に向けて効率の良い運動をしたい
- ✓ 自分に合ったトレーニング方法を見つけたい

パーソナルトレーニング

\\ しっかり
サポート //



3回 16,632円

*表示価格はお支払い総額です。

対象トレーナー



服部



下茂



桑原



菅原

お申込みの締切：ご入会日から2週間
3回トレーニング有効期間：申込み日より1カ月

- *おひとり様1回のみのご利用とさせていただきます。
- *通常のパーソナル価格はトレーナーにより異なります。



← ご予約・お支払い左QRコードから
ご不明点・スケジュール等は
フロントまでお気軽にお問い合わせください。

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

不安を手放す、1ヶ月

“できる”より“慣れる”から

PT Trial Starter

全5回セッション
初回セッション無料
¥39,600 (税込)

●ファーストセッション (初回・無料)

トレーニングを頑張る時間ではありません。
不安を手放すための、最初の1時間です。
ご希望によって…

- ・カウンセリングや姿勢のチェックを行います。
- ・ジムフロアのご案内や各マシンのご案内も。
- ・ご相談や雑談だけでも大丈夫。
- ・もちろん、しっかりトレーニングでも！

何をするかは、その日に一緒に決めます。
まずは「来てみる」ことから始めてください。

●トライアルセッション (4回)

ファーストセッションのあと、無理のない
ペースでトレーニングを体験します。

毎回の内容は、その日の体調や気持ちに
合わせて調整。
運動が久しぶりの方でも、安心して
続けられます。

※通常価格 60分：¥9,900 (税込)

不安から始める、最初の一步

運動が久しぶりでも、
ジムに通うのが初めてでも大丈夫。

PT Trial Starter は、
「いきなり頑張る」ためのトレーニングではありません。

- まずは
- ・ジムの雰囲気慣れる
 - ・マシンの使い方を知る
 - ・不安をひとつずつ減らす

そのための 最初の1ヶ月 です。

“できる”よりも“慣れる”。
続けられる感覚を、ここから一緒につくっていきます。

【担当トレーナー】

下茂大輔
(シモ ダイスケ)

NESTA-PFT

※東京・横浜・大阪・福岡・札幌・仙台
各都府県パーソナルトレーナー

※入会されてから30日以内の方が対象です。

※お一人様、1回限りになります。

※1回60分のセッションになります。

※週1セッションの設定ですが、ご都合に合わせて調整できます。お気軽にご相談ください。

ご予約、お問い合わせはフロントまで