

あなたの理想のカラダへ!

セミパーソナル トレーニング

定員
3名

プロのトレーナーが
あなたに合わせたトレーニングで
理想のカラダをサポートします!



日時

9月21日(月) 13:00~14:00

パーソナルトレーニングには興味があるけど…

ひとりで始めるのは少し不安…。

そんな方こそ、

仲間と一緒に 体験してみませんか?



トレーニングは、ただ頑張れば良いわけではありません。

正しいフォームと 正しい知識で行うことで、
身体への負担を抑えながら、効率よく成果へと
つながることができます。

- ☒ 少人数制だからこそ、
- ☒ 楽しみながら学べて、
- ☒ 励まし合いながら続けられる



背中・二の腕・お腹周りを中心に、理想のボディラインづくりをサポートします。
まずは体験レッスンで、「正しく動く心地よさ」を感じてみてください。

背中



美しい姿勢と引き締まった
背中をつくる!

二の腕



たるみを引き締めて
すっきりした二の腕へ!

**3名まで
参加OK!**

¥3,300 (税込)



カウンセリングで
お悩みにしっかり対応



マンツーマン指導で
効果的にサポート



初心者の方も
安心してご参加OK!

中村 理 IR

一人ひとりに寄り添った丁寧な指導で、
理想のカラダづくりをサポートします!



日時

9/21 (月) 13:00~14:00

定員

3名

最小催行人数

2名

料金

¥3,300 (税込)

お支払い方法

WEB事前決済

予約方法

WEBサービス→イベント予約

申込期間

8/28(金) 12:00~9/16(水) 23:55

キャンセル期間

申込開始後~9/16(水) 23:55

※キャンセル期間内の予約取り消しは
自動返金されます。

※キャンセル期間過ぎでの返金は
出来かねます。

開催判断

9/17(木) 16:00以降、
HP最新情報に掲載

※開催決定後、空きがあった場合
追加募集を行います。

空き情報はスタッフまでお尋ねください。