



\ 2月1日誕生!! /

30分 パーソナルセッション

マンツーマンであなたをサポート!

目的に合わせた4つのプラン

1回30分で手軽に個別トレーニング

1 30分ビギナーズ トレーニング

基本となるマシンパフォーマンス習得と
強度設定を行うパーソナルレッスン

2 30分美脚・美尻 トレーニング

美脚効果、美尻効果の高いトレーニングに
特化したパーソナルトレーニング

3 30分ペア ピラティス

目的に合ったピラティスをきめ細かく
サポートするパーソナルレッスン

4 30分ゴルフ体幹 トレーニング

ゴルフパフォーマンス向上、飛距離アップを
目指す体幹トレーニング

2/1(土)スタート!

1/25(土)よりご予約開始

1回
30分

3,000円 (税別)

～ ご予約までの流れ ～

マイページ
ログインはこちら /



メンバーサイト
ログイン



マイページ



チケット購入



店舗選択



ご希望
セッションを
購入



予約
(日時選択)



完了

