

R2.3/31 更新 ≪2020 年 4 月 1 日からの営業体制≫

多くの利用者が集まる機会を減らし、感染リスクを減らす為、以下の営業体制となります。

安心安全に施設をご利用いただくためにも、皆様のご理解とご協力の方よろしくお願い致します。

パーソナル限定営業（完全予約制）

月曜日、水曜日、金曜日：9：00～20：00（最終開始時間 19：00）

火曜日、木曜日：9：00～17：30（最終開始時間 16：30）

土曜日：9：00～12：30（最終開始時間 11：30）

※ご利用はすべてトレーナーとマンツーマン（個別指導）のみになります。

※通常利用はできません。ご理解の方よろしくお願い致します。

ご利用時間：1 回 50 分

会員：通常月会費で 2 回までご利用可能

※3 回目からは 50 分 ¥3000 となります。

※会員外の方は初回から 50 分 ¥3000 となります。

パーソナルトレーニングとは、さまざまなニーズに合わせて 1 対 1 で

個別指導をおこないます。（ダイエット、筋肉量 UP、スポーツパフォーマンス向上、転倒予防、姿勢改善など）

利用者さんのご希望に沿った最適なトレーニングプログラムをご提案し、決められた時間で行うので、集中してトレーニングできることはもちろん、トレーナーが 1 つ 1 つを確認しながら行うので、効率よく取り組めることが特徴です。