

# Personal Training

ダイエット、ボディメイク、腰痛・肩こり予防、機能改善など、様々な目的に合わせたトレーニングを、専門のトレーナーがマンツーマンで行います。そのため、一人で行うトレーニングより高い効果を得ることができます。

## 菅野央倫

- ・理学療法士
- ・健康運動指導士

30分	45分	60分
4,400円(税込)	6,050円(税込)	

## 田辺真紀

- ・健康運動指導士
- ・西東京糖尿病療養指導士
- ・LESMILLSBODYATTACKインストラクター

30分	45分	60分
3,300円(税込)	4,950円(税込)	6,600円(税込)

## 大熊美千代

- ・ヤムナ®認定プラクティショナー
- ・ピラティス、ヨガインストラクター

30分	45分	60分
3,850円(税込)	6,050円(税込)	7,700円(税込)

## 浜野拓真

- ・理学療法士

30分	45分	60分
	6,050円(税込)	7,700円(税込)

お問い合わせはフロント、もしくはインストラクターへ直接お問い合わせください。

トレーニング内容等お気軽にご相談ください。