

トレーニングサポート



ご自身の身体を知り、より効率よくトレーニングしませんか？
トレーナーが皆様のトレーニングをサポートします☀

「トレーニングサポート(略してトレサポ)」

約 90 分間 3,000 円

【トレサポ内容】

- ①インボディ測定
- ②インボディカウンセリング
- ③メニュー作成
- ④トレーニング指導



ダイエット、筋力UP、
健康維持、姿勢改善など
幅広いメニューに
対応します!!!



インボディ測定



カウンセリング



メニュー作成



トレーニング指導

※事前予約制・事前支払制です。

※キャンセル等の返金はお承りできませんので、ご了承ください