

# 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 2,000 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



### 「インボディカウンセリング」

約 30 分間 550 円

#### 【インボディカウンセリング内容】

- ① インボディ測定
- ② カウンセリング



インボディ測定



カウンセリング



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。