

PERSONAL TRAINING

パーソナルトレーニング

ご自身のレベルや目的に合わせた個人レッスンが受けられます。
YOGAのポーズを極めたい方、ダイエットを成功させたい方におすすめです。



YOKO

「体幹トレーニングやピラティス・ヨガを組み合わせた
オリジナルメソッドでボディメイクを。
お客様の目的・目標にあったプランをご提案します。」

【得意分野】 ヨガ・体幹トレーニング
筋トレ・ウェイトトレーニング
経絡（中医学）

【料金】 40分 6,700円

【実施可能時間】 火曜日 16:45～18:00

EMI

「お身体の不調やお悩みなどありましたら、
何でもお気軽にご相談ください。
身体も心も健康である為のお手伝いをいたします。」

【得意分野】 モビリティケア（機能改善）
ピラティス・トレーニング
マッサージ

【料金】 45分 6,435円 60分 7,920円

【実施可能時間】 水曜日 15:30～18:00



※記載の価格はお支払い総額です。
ご希望の方はフロント・お電話にてご予約ください。