

いつものトレーニングを あなたに合った トレーニングにしませんか？



専門トレーナーに貴方の体の状態見てもらい、トレーニングの目的に合わせた効果的なメニューを立ててみませんか？

ご利用は、1回だけでも大丈夫！
いつものトレーニングが変わりますよ！



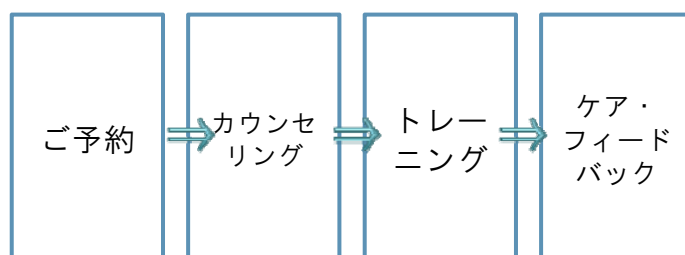
こんな方におすすめ！！

- ・シェイプアップ
- ・生活習慣病の予防・改善
- ・競技力向上
- ・筋力をつけたい
- ・トレーニング方法が分からない
- ・トレーニングしているが効果が実感できない

武道館トレーニングルームにて受け付けています。
お気軽にお問い合わせください。

KIRISHIMA ツワブキ武道館
TEL 0985-58-5151

パーソナルトレーニングの流れ



受講料金（1回1時間）

回数	1回	2回	3回	4回
金額	7,020	12,960	17,280	21,600



税込・トレーニングルーム利用料金含む
公益財団法人宮崎県スポーツ施設協会
<http://www.miyazaki-spokyo.jp>

