

12月限定

21時からの

お試し

初心者のための**30**分間

パーソナルトレーニング

マンツーマン指導によるオーダーメイドのトレーニング提案!!

専門トレーナーがお客様一人ひとりの目的・体力・カラダの特徴、さらにはライフスタイルに合わせた、効果が出やすいトレーニングを提案します。

パーソナルトレーニングの流れ

体組成測定 ▶ カウンセリング ▶ マシントレーニング

**12月8日(土)~28日(金)・毎日2名様限定
予約受付中!!**

①**21:00~21:30** ②**21:30~22:00**

担当パーソナルトレーナー

佐藤 和由・市川 梓・福岡 淳・為房 将太郎・米山 雄太

**トレーナーの指名はできません*

予約・お問い合わせは2階フロントまで

30分 1,000円

<http://shibuspo.jp>

渋谷区スポーツセンター

