

コース別レッスンのお知らせ

ダイエット・筋力アップコース

- ・体重・体脂肪を減らしたい方
- ・筋肉をしっかりとつけたい方

健康維持・促進コース

- ・健康な体作りをしたい方
- ・健康診断で運動不足と言われてしまった方

料金

- ・30分 1500円 → 30分 1500円
- ・60分 3000円 → **60分 2000円**

詳しくはトレーニングSTAFFまで！