

マンツーマンで運動指導! パーソナルレッズン

¥2,500 (税込)
(1セッション30分)

受講者
募集中!

水泳指導や水中運動



筋力アップやダイエット



マンツーマン指導だから 無理なく効果抜群!

- ◆ お客様個々の目的に合わせたメニューを立案し、トレーニング内容を個別指導・調整指導しながら目的に向かって一緒にトレーニングを行います。詳細は施設フロントまでお問い合わせください。

パーソナルトレーニングについてのお問い合わせやご質問は

☎ 0743-52-1245



大和郡山市
九条スポーツセンター

パーソナルレッスンのご案内

PERSONAL LESSON

～ レッスン種別 ～

- ① 水泳指導（大人・子ども）
- ② 水中運動（大人）
- ③ トレーニング

～ 受講までの流れ ～

- ① パーソナル希望日の前日までにフロントにて空き状況を確認し、予約する。（電話での受付可）
※ご希望に沿えない場合がございます。
- ② パーソナル当日、フロントにて、申込書をご記入いただき、料金をお支払いください。
- ③ パーソナルレッスン実施。

～ 注意事項 ～

- ・施設利用料が別途必要です。
- ・キャンセルは前日までにご連絡ください。
当日キャンセルの場合、全額の料金のお支払いが必要です。

