

パーソナルトレーニング

予約受付中

身体づくりをお手伝いします！

いつまでも楽しく元気な日常を過ごす為に、あなたの痛みの改善、動きの制限の解消をお手伝いします。
目的や悩みに寄り、個別指導を行います！

【講師】 金木 敦子

【資格】 運動療法指導者、介護予防運動指導員、痛み改善セラピスト

【内容】 「痛み、動き、姿勢改善」専門パーソナルトレーナーです。



【7月度】

日程 7月10日(月)、7月24日(月)、7月31日(月)

時間 ①12:15～
②13:15～ (各45分)

料金 4,000円(お1人様)

※日頃のお悩み解決に是非お申込み下さい。

味生体育館 TEL 06-6349-6554