



マンツーマンだから続けられる 【完全個別指導】



スポーツジム Lavita(ラヴィータ)

【パーソナルトレーニングコース】

体験
3,000円
(税込)

パーソナルトレーニングとは、お客様のさまざまな目的に応じ、インストラクターとマンツーマン(1対1)で行うトレーニングのことです。現在のカラダの状況や目的に合わせたトレーニングが可能となり、非常に効果が出やすいという特徴があります。カウンセリングから、プログラム作成、アドバイス、実際のトレーニングまで、全てを個別に手取り足取りで行います。スクールサービスよりも綿密なトレーニングが可能となり、**目標達成や理想の身体への早道**です。スクールと併用も可能ですので、**より効果的にトレーニング**ができます。



トレーニングメニュー

パーソナル
トレーニング

パーソナル
ランニング

パーソナル
ヨガ

パーソナル
ピラティス



【その他】ウォーキング・ボディケアなど目的によってメニューをお選びいただけます。

料金一覧

パーソナルトレーニング会員

60分 月4回 32,000円(＋税)～

60分 月8回 62,000円(＋税)～

都度利用※ラヴィータメンバー様限定

60分 8,000円(＋税)～

料金に含まれるもの

パーソナルトレーニング・パーソナルストレッチ
ボディケア・体組成測定・姿勢画像分析
カウンセリング・食事指導・ライフスタイルサポート

**あなたの目指す理想の自分
Lavitaパーソナルトレーニングで
実現しましょう！**

※トレーニング内容・回数・お時間についてはお気軽にご相談ください。

【お問い合わせ】

スポーツジムラヴィータ 〒880-0053 宮崎市神宮2丁目 3-1

☎:0985 - 73 - 9158 / E-mail:finesports@sunny.ocn.ne

ラヴィータ 宮崎

検索

www.fine-sports.com

FINE SPORTS
Lavita