

PERSONAL TRAINER

パーソナルトレーナー

ISHIDA SACHIKO

石田 幸子

PTC パーソナルトレーナー

健康運動実践指導者

水泳指導員

アクティブヨーガインストラクター 等

曜日・時間

別紙スケジュール参照

ご利用料金

●パーソナルトレーニング

30分 3,850円 60分 7,700円

90分 11,550円 120分 15,400円

●機能改善ストレッチ

30分 3,850円 60分 7,700円

90分 11,550円 120分 15,400円

●ペアストレッチ

30分 3,850円 60分 7,700円

90分 11,550円 120分 15,400円



**皆さまの未来が輝けるよう、
身体づくり(姿勢改善)から
是非サポートさせていただきます！**