

要予約

正しい運動は、
正しい姿勢から。

期間限定！PTCパーソナルトレーナーによる

姿勢分析会

日常的にカラダにお悩みのある方
身体機能改善



肩こり 腰痛 膝痛 猫背
四十肩 ストレートネック

パーソナルトレーナーによる無料体験会は、今だけの特別企画です！肩こり、腰痛、膝痛、猫背、四十肩など・・・ちょっとしたカラダのお悩みがある方にぜひ受けていただきたいです。

料 金

無料

時 間

10分

カウンセリングを含め、
15分程度のお時間をいただきます。

対 象

クラブ会員およびそのご家族ご友人

内 容

パーソナルトレーナーが姿勢バランスを分析し、
必要なストレッチやトレーニング方法をご紹介します。

予約方法

当クラブフロントにて受付（先着順）

無料体験会日程

橋本

月 12:30～13:00
火 16:45～17:15
金 10:00～12:00
土 15:00～16:00

岡本

日 14:00～15:00

中村

月 13:30～16:00
金 13:30～15:30

※過去に体験会を受けたことがある方は参加はお控えください。

CENTRAL
CENTRAL SPORTS

2AVAS
SPORTS CLUB