

# PERSONAL TRAINER

パーソナルトレーナー

UENO TAKUYA

## 上野 拓也

準 PTC パーソナルトレーナー

NSCA-CPT

### 曜日・時間

月／19：00～21：00

日／10：30～14：30

### ご利用料金（税込）

●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

- ・トレーニングが初めての方
- ・ボディメイク（シェイプアップ  
バルクアップ・バランスの良い体）
- ・姿勢改善（猫背・反り腰）

なんでもお任せください！！

～体を変えたければ全身を鍛えましょう～

