


柴崎市民体育館

パーソナルトレーニング

担当	薄田 豊 (すすきだ ゆたか)	
資格	NESTA-PFT (全米エクササイズ&スポーツトレーナー)	
内容	カウンセリング、メニュー作成、ペアストレッチ、 トレーニング指導、姿勢改善 など	

【対 象】

トレーニングジム利用者（初回者講習受講済みの方）、高校生（15歳）以上
※初回者講習は事前予約制となっております。

【料 金】

30分 / 3,300円（税込）

45分 / 4,950円（税込）

60分 / 6,600円（税込）

※**お申し込みから1週間以内に、現金でのご入金が必要です。**

※入金の確認できない場合は、**自動キャンセル**となります。

※入金後のキャンセル返金はできませんので、あらかじめご了承ください。

※主催者・担当者都合でトレーニング中止となった場合は、返金を行います。

※トレーニング当日は、**別途利用料（市内200円、市外400円）**が必要です。

【受 付】

来館 もしくは お電話

※毎月20日より、翌月分の受付開始となります。

（20日が休館日の場合は、**翌営業日から**受付開始）

※実施日の前営業日までにご予約が必要です。おひとり1枠まで予約可能です。

【実施時間】

・水曜日 15:00-16:00、16:00-17:00

・木曜日 19:00-20:00、20:00-21:00

・土曜日 14:30-15:30

※担当者の出勤状況によって、**実施できない日時もございます。**あらかじめご了承ください。