



# 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)	 石田 由美子 (いしだ ゆみこ)
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

## 【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。**
- ※入金を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、**別途施設利用料（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**2枠**まで予約可能です。

## 【実施時間】

トレーナーがご希望の時間を伺い、日程調整を行います。

- ※**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。