

大好評！『パーソナル・サービス』

大好評をいただいている『パーソナル・ストレッチ』の他に『**パーソナル・トレーニング**』が加わりました。ますます充実した内容で、皆様のご要望にお応えします。
まずは、ぜひ体験してください。



効果的な運動のやり方を
マンツーマンで教えてほしい方



個別プログラムで「筋肉をしっかり
つけたい」方に



競技力向上、ケガからの復帰を
目指すために



ボートレース選手等の『**動体視力**』
(見る力) のトレーニングのために

【料金】

<30分> 2,160円 <60分> 4,320円

※初めて受けられる方は60分コースをおすすめします。

※**予約制**ですので、事前にトレーニングルーム受付にてお申し込みください。

【お申込み・お問い合わせ】いしかわ総合スポーツセンタートレーニングルーム

金沢市稚日野町北 222 TEL 076-268-2420 HP <http://ishikawa-spc.jp>