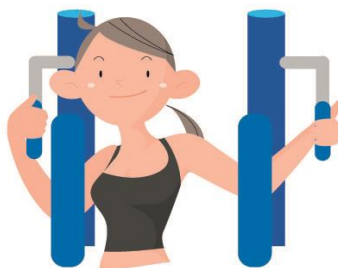


お客様に合ったトレーニング方法を
健康運動指導士がお教えます

パーソナルトレーニング **個別指導**

- ・トレーニングの仕方がわからず、オリジナルメニューを作って欲しい方
- ・各競技のパフォーマンスを向上したい方
- ・各種、疾患に対するリハビリメニューの作成（腰痛や膝痛など）



- ◎ 時 間 予約制60分（担当者と時間調整して実施いたします）
- ◎ 対 象 トレーニングルーム利用者
- ◎ 場 所 ナイスアリーナ トレーニングルーム
- ◎ 料 金 3,000円（税込）
- ◎ 申込方法 ナイスアリーナ受付または電話・メールにてお申込みください
※出張指導も行っております。ご相談下さい。
- ◎ 持 物 運動できる服装・室内シューズ・タオル・ドリンク
- ◎ 担 当 健康運動指導士 保科 康信



2月19日更新

お申し込み・お問い合わせ

ナイスアリーナ(由利本荘アリーナ)

【指定管理者:ミズノグループ】

〒015-0013 秋田県由利本荘市石脇字田尻野18番地

メールアドレス: yhoshina@mizuno.co.jp

TEL 0184-22-0001

営業時間 9:00~21:30

休館日: 毎月第3月曜日

(月曜が祝日の場合はその翌日)