



健康維持向上 パーソナル

- ・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

◎ 料 金 3,000円（税込）

◎ 持 物 運動できる服装・室内シューズ
タオル・ドリンク

申込方法

受付または電話
問い合わせフォームにて
お申込みください

◎ 担 当 者 生駒 典子

鈴木 幸恵

問い合わせフォーム



営業時間 9:00~21:30

休館日：毎月第3月曜日

TEL.0184-22-0001

ナイスアリーナ

nices Arena