

パーソナルトレーニング

2019年3月1日（月）start!!

個別トレーニングで理想のあなたを実現！私達がサポートします！

トレーニング

強靭な身体作り
 たくましい肉体を作る
 サポートをします

ボディメイク

過去最高の体を
 手に入れましょう！

ダイエット

求めるスタイルを
 手に入れたい方、
 一緒に頑張りましょう！

機能回復 リハビリ

腰・肩・膝など
 体の痛みを改善します

ヨガ・瞑想 呼吸法

体本来の
 機能を取り戻します



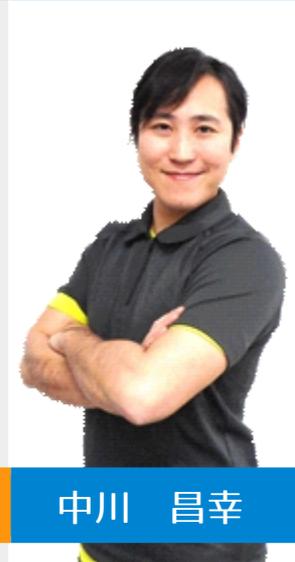
長尾 啓太郎



山本 友貴



宇野 園恵



中川 昌幸



福島 京子

— 腰痛・肩こりにお困りですか？ —



メディセル筋膜療法 ※男性のご利用も可能です

血液、リンパ液を促進させ、筋のこり、むくみの解消を図ります。
 筋膜リリースによる関節可動域・筋出力を向上させます。



メディセルフラス

メディセル筋膜療法とパーソナルトレーニングを組み合わせることで、
 トレーニング前後に筋膜リリースをかけ、運動効果を高めます。
 その他、ケガ・障害の予防と疲労回復を促進する効果があります。

料金区分

初回限定！ パーソナルトレーニング
 メディセル筋膜療法 **体験（30分）3,000円**

パーソナルトレーニング

区分/時間	30分	60分
会員	3,000円	6,000円

メディセル筋膜療法

区分/時間	30分	60分
会員	4,000円	8,000円