

# パーソナルトレーニングコース

初心者・一般の方が安心して通える場所！  
中・高生もご指導いたします。

- ・ジムに行っても何をしたいのか分からない！
- ・体力を付けたい
- ・姿勢や体型が気になっている
- ・やりたいことが出来るカラダを作りたい
- ・怪我予防、リハビリをして動くカラダ作り
- ・競技の為にパフォーマンスアップ
- ・日常生活を快適に送りたい  
など

様々な目的に応じてサポートいたします。

※コンテストに出たい方のサポートは  
おこなっていません。



## 各コース1セッション60分

- ・1回単発コース ￥8,800
- ・週1回コース (4回) ￥32,000
- ・週2回コース (8回) ￥62,400

- ・ショートコース30分 ￥4,800
- ・ショートコース30分 (週1/8回) ￥32,600
- ・ペアコース 60分 ￥6,000/1名
- ・ペアコース 60分 (週1/8回) ￥40,800/1名

様々な生活スタイルに合わせて、健康的でやりたいことが出来る  
カラダ作りをしていきましょう。

# 美容整体コース

【こんなお悩みの方にオススメ】

- ・カラダの歪み・バランスが気になる
- ・姿勢が気になる
- ・育児での肩こり背部痛
- ・産後腰痛
- ・スポーツでの疲労  
など

手技・呼吸エクササイズ  
ストレッチポール等  
を使用して頭部から足先まで  
お身体を整えていくコースです。

90分 ~~¥10,000~~ ⇒ ¥8,000

期間7月30日まで  
(広告をご持参ください。)

保険診療のみの施術もおこなっています。

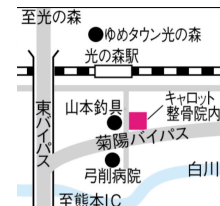


予約制 096-337-2520



キャロット整骨院

光の森駅徒歩3分  
熊本市北区弓削4-15-1



HP

