

Private lesson



ジュニアアスリートのための プライベートレッスン



ジュニアアスリートのパフォーマンスUPを応援します

運動能力の向上させたい!!
ケガをしない身体を作りたい!!
お悩みに合わせたトレーニングしませんか

特徴

個別・グループで運動指導

クラブチームや部活の限られた練習時間以外に本格的にトレーニングをして体力アップ・パフォーマンスアップを目指します。ケガ予防・改善のトレーニングやストレッチも指導します。
様々なご希望に指導者が寄り添います。

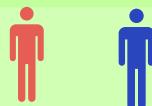
お悩み

- 競技パフォーマンスをアップさせたい
- よくケガをする・ケガが長引いてしまう
- 成長期に必要な運動を知りたい
- 運動能力をアップさせたい
- 部活の時間以外にもトレーニングしたい

料金表

(税込み料金)

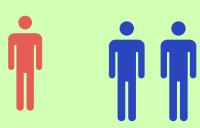
プライベートレッスン (1対1名)



時間：30分 3,300円

時間：40分 4,400円

ペアレッスン



時間：40分 5,500円

(1人当たり：2,750円)

時間：50分 6,600円

(1人当たり：3,300円)

グループレッスン

(1対4名まで)



時間：60分 11,000円

(4名でレッスンした場合)

1人当たり：2,750円

*中学生以上はトレーニングルームご利用の際は別途利用料がかかります



お電話にてお申込みください

0266-24-5210

やまびこの森 トレーニングセンター

完全予約制

