

パーソナルトレーニング マンツーマンサポート

ご自身のお身体の事をもっと知り、効果的に運動してみませんか？
初めての方はもちろん、自分に合った運動が知りたい方にもオススメ！

ボディメイク カウンセリング

InBody (体組成) 測定で、筋肉量
や体脂肪量などの体組成を測定し、
結果のご説明・メニュー作成を致します。

30分 2,500円(税別)

ファーストパーソナル

InBody測定+カウンセリングに加え、
目的に合わせたメニュー作成と
食事サポート&マシン負荷設定付き！

60分 5,000円(税別)

お申込み方法

事前予約制 (WEBレッスン予約にてご予約下さい)

※300円/回でInBody測定のみも可能です。ご希望の方はクラブフロントにて当日予約をお願い致します。
(InBody測定のみの方は当日予約のみとなります。お電話、WEBでの事前予約は承っておりません。)



Fitness & Spa
ASUWELL+24

フィットネス&スパ

あすウェル[小田急相模原]