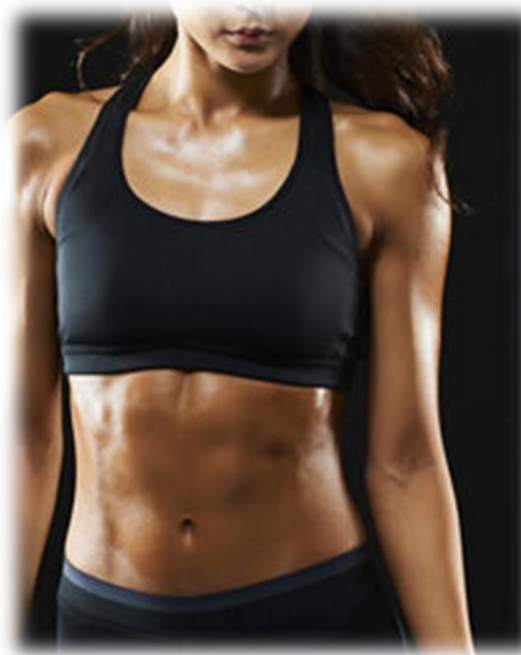


土台から整える本格的ボディメイクプログラム

ONE for BODY

お1人様
3回限定



“理想” を叶える 3要素

土台作り

(姿勢、歪み、クセ調整)

引き締め

(脂肪燃焼・体重調整)

デザイン

(パーツデザイン)

- 運動が久しぶり/体力に自信がない方も安心
- 痩せるだけではない、“理想” に近づく完全オーダーメイド
- メンテナンス・トレーニング・インターバル 最適な60分

【1回60分 週2回 1ヶ月 *全8回】

1W

2W

3W

4W

1

2

3

4

5

6

7

8

継続？
満足？
1人で？

カウンセリング



今の状態に合わせてあなたに必要な要素とメニューをご提案。※1・8回目

トレーニング



効果的な運動とケアを正しく一緒に。トレーナーと一緒にだから安心！

食事アドバイス



日常生活の食事アドバイスも。積み重ねだからこそ効果も大！※1・8回目

60分 5,000円の圧倒的コストパフォーマンス **44,000円**(税込)