

PERSONAL TRAINING

パーソナルトレーニング



パーソナルトレーニングとは【60分間】

トレーナーがあなたの運動目的に合わせて運動内容や負荷を調整しながらトレーニングを行います
なりたい身体に近づくマンツーマンプログラムです

- ダイエットやスタイルアップをしたい方
- 正しく効果的にトレーニングを行いたい方
- 一生動ける身体づくりをしたい方

【料金】	1回	8,000円 (税別)		
自分のペースで行える チケット制	5回 有効期限 6ヶ月	35,000円(税別) 1回あたり 7,000円	10回 有効期限 12ヶ月	60,000円(税別) 1回あたり 6,000円
	きちんと継続するなら パーソナル会員 (アーク24のみ)	1カ月	25,000円(税別)	月4回のパーソナルトレーニング アーク24 使い放題!!

- トレーニングは、完全予約制となります
- チケット販売や会員登録、トレーニングのご予約は、アークフロントにて承ります
- 所属する施設にて、トレーニングを行います(併用会員様は選択可)

新型コロナウイルス感染症対策について

トレーナー・お客様共に
マスクを着用します

入室時に手指等の
消毒を徹底します

トレーナー・お客様共に
検温を行います

器具などの消毒を
徹底します

