

初めてでも安心!

初心者サポートサービス

ジムでトレーニングをしてみたいけど…

- 1人で出来るかしら…
- 運動を全くしたことがないんだけど…
- 腰や膝が痛いんだけど、悪化してしまわないかな…

大丈夫です!!!



トレーニングジムB1F受付にて、初めて利用する旨をお伝えください。スタッフがご案内させていただきます!



初めての方にはカウンセリングを行います。ご希望や、お悩みなどをご相談ください!

カウンセリングをもとに、あなたに合った運動プログラムを提案させていただきます。



トレーニング開始です! マシンの使い方や運動の進め方など、ひとつひとつご案内します!



問い合わせ

猿楽トレーニングジム TEL03(3461)3447