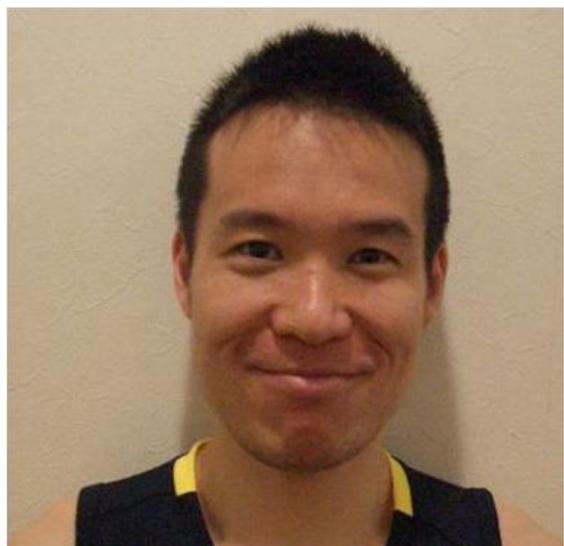


# ティップネス新小岩パーソナルトレーナー



伊地知 義生

Yoshiki Iditi

## ■資格

- ・Polestar Pilates  
Comprehensive Studio  
Advanced Spine

## ■経歴・対象ニーズ

ピラティスは身体の悪い癖を改善し、正しい身体の動かし方を身につけるエクササイズです。

パフォーマンス向上・肩こり・腰痛・椎間板ヘルニア・変形性膝関節症などの緩和に効果的です。ポイントを解りやすく、体験したことのないキツさと気持ち良さを体感しましょう！

月	水	木	金	土	日
-	-	-	-	-	2.4週目 18:30- 19:45

## ■料金(税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,300	¥12,760	¥23,760
60分	¥6,600	¥25,080	¥47,520