

# ティップネス船橋パーソナルトレーナー



## 竹内 拓馬 Takuma Takeuchi

### ■資格

- ☑NESTA認定パーソナルトレーナー
- ☑赤十字救急法救急員

### ■こんな方におススメ

- ☑トレーニング初心者の方
- ☑痩せるダイエット法を知りたい方
- ☑細マッチョになりたい方
- ☑ボクシングを習ってみたい方
- ☑パートナーストレッチを受けたい方

現役のボクサーです。カラダを変えたいけど変化がない…  
それならまずは2ヶ月で変化を感じてみませんか？  
コアトレ、自重エクササイズ、マシンを使わないトレーニングも  
沢山ありますよ。気軽に声をかけてくださいね！

| 火           | 水 | 木           | 金           | 土 | 日 |
|-------------|---|-------------|-------------|---|---|
| 11:00-16:00 | - | 10:00-15:00 | 10:00-15:00 | - | - |

### ■料金

| ジャンル         | 30分             | 45分             | 60分             | 75分 | 90分             | 120分 |
|--------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----|-----------------|------|
| オーダーメイドパーソナル | 3,300円<br>(税込)  | 4,950円<br>(税込)  | 6,600円<br>(税込)  | -   | 9,900円<br>(税込)  | -    |
| 4回券          | 12,760円<br>(税込) | 18,920円<br>(税込) | 25,080円<br>(税込) | -   | -               | -    |
| 8回券          | 24,640円<br>(税込) | 36,960円<br>(税込) | 48,400円<br>(税込) | -   | 77,440円<br>(税込) | -    |

■初回お試しパーソナル 60分 3,300円(税込)