

ジムパーソナルトレーナー

吉田 紗季
SAKI YOSHIDA

■資格

- ・NESTA PFT ・健康運動指導士
- ・FTPベーシックマットピラティス
インストラクター

■【セッション可能時間】

- ・土曜日 14:45～16:15
- ・日曜日 13:00～16:00
- ・祝日 10:30～13:00

※毎月4週目の土日は受付不可



■経歴

元ティップネス太田店ジムスタッフです。

運動指導歴15年。健康教室のセミナー講師や生活習慣病の運動療法の指導なども担当。老若男女問わず楽しく運動をしていただくことをモットーに指導しています。

ご自身の姿勢が気になる方、お腹やお尻の弛みが気になる方、血糖値コレステロールの数値が気になる方などお気軽にご相談ください。ご予約お待ちしております！

■料金

セッション名	時間	料金(税込)
ピラティス	30分	2,970円
オーダーメイド	30分	3,080円
	45分	4,510円
	60分	5,940円

※初回セッションに限り、フロント窓口にて前日の21:00迄承ります。

★初回特典: 上記設定時間 + 15分無料カウンセリング