

ティップネス宮前平パーソナルトレーナー



中村 明寛

Nakamura Akihiro

■資格

- ・健康運動実践指導者
- ・介護予防運動指導員
- ・整体師

2階プールでもスイムパーソナルを実施しております

ボディメイクで一番重要な事は『姿勢』です。
姿勢を改善する事で肩こり、腰痛、膝痛といった症状を和らぐことができ、歪みを改善する事で正しい身体の使い方が出来るので効率のよいトレーニングになり結果が出やすくなります。
まずはご相談を！

月	火	水	金	土	日
10:45-21:45	-	-	11:00-21:45	11:00-20:30	11:00-18:00

■料金(税込)

	1回券	4回券	※初回限定 60分/ ¥4,400
30分	¥5,500	-	
45分	¥6,600	-	
60分	¥7,700	¥25,520	
90分	-	¥31,240	