



フィットネスは楽しく! カラダが変わる、ココロがアガル

ジムトレサポート

「なりたい自分になる」ための3ヵ月間サポートプログラム

運動がつづくための3つのヒケツ

ヒケツ

1

いつも同じ
トレーナーで安心の
担当者制

ヒケツ

2

通いたくなる
しくみで
運動を習慣化

ヒケツ

3

乗り越えやすい
運動強度で
挫折させません

月会費にプラスして
月額

3,300 (税込) 円

ご契約者様のご継続率
なんと90%以上

月1マンツーマン (月1回×3か月)

時間

1回60分

内容

- ・体組成測定
- ・カウンセリング
- ・体力測定
- ・メニュー作成
- ・食生活指導



1ヵ月目

2ヵ月目

3ヵ月目

初回

60分

2回目

60分

3回目

60分

せっかく始めるならしっかり
「習慣化」しませんか?

- ・本スクールは入会后3ヵ月以内の方がお申込みいただけます。
- ・実施日程はプログラムスケジュールまたはスタッフまでお問合せください。
- ・月1マンツーマンは事前の予約が必要となります。
- ・担当者についてはやむをえず変更となる場合がございます。

お申込み・お問い合わせはフロントまで