

ティップネス新小岩パーソナルトレーナー



森山 誠子

Seiko Moriyama

■資格

JHCAパーソナルトレーナー

■経歴

エアロビクス・ステップのクラスをティップネス各店にて担当

骨盤、脊椎をメンテナンスしながら膝、腰、股関節、肩の痛みを取り除きます。その上に筋肉を付けて、しなやかな強い身体を作っていきます。どこか痛いけど筋肉を付けたい方は是非私の所に来てください！

月	水	木	金	土	日
—	—	—	10:00— 15:00	—	—

■料金(税込)

	1回券	4回券	8回券
60分	¥7,480	¥28,600	¥57,200
90分	¥10,780		