

一緒にダイエット  
しませんか？

夏に向けて  
ダイエット  
パーソナル



- ◆ 週2回のパーソナルトレーニング
- ◆ 食事管理
- ◆ カウンセリング

### 料金表

- ◇ パーソナルトレーニング1回 ¥4,400
- ◇ トレーニングメニュー作成+  
パーソナル4回 ¥10,000
- ◇ 食事メニュー作成1回 ¥8,800  
(進捗に合わせて自分でカスタムする必要有)
- ◇ 1ヶ月おまかせコース ¥30,000
- ◇ 2ヶ月おまかせコース ¥55,000

1ヶ月につき体重-1kg~3kgの  
無理のない範囲でダイエット  
進めていきます



10/6日本選手権に向けて  
減量中の僕と一緒に  
ダイエット頑張りましょう