

NEW!!

つらい痛みからの改善を目指す！！

# 肩こり・腰痛改善ペアストレッチ



## ペアストレッチとは...

トレーナーがお客様の身体を見ながら、自分では出来ない筋肉まで一緒にストレッチしていきます。お客様は何もしないで身を任せているだけなので、リラックス効果も抜群です。

## ペアストレッチ担当トレーナー



駒井 慎治

- ・PHIピラティスインストラクター
- ・リトモスオフィシャルトレーナー
- ・RADICAL認定インストラクター

- ・TRX-SMSTC認定
- ・TRX-STC認定

(月) 16:00~18:00 (日) 15:00~18:00  
 (火) 10:00~12:00 / 16:00~17:00  
 (木・金) 10:00~12:00 ※その他は要相談

●12月~ご予約開始



佐々木 優光

- ・MOSSA認定インストラクター
- ・RADICAL認定インストラクター

- ・TRX-SMSTC認定
- ・TRX-STC認定

\* 時間・曜日はご相談下さい

●1月~ご予約開始

30分 2500円 (税込)

☆ご都合の良い時間帯を選び  
フロントにてご予約下さい