「正しい運動方法を知りたい」お客様へ

運動が楽しくなる

自分専用メニューを作りませんか?

個人別 指導

低価格

有資格



有資格トレーナーが 貴方をサポート

理論に基づいた運動方法をお伝え します。目的達成に対して効率的な メニュを提供します。



2 運動に関する 無料相談を受付中

最初は、無料相談から始めましょう! 運動に関する疑問や不安を お聞かせください。



3 お客様に合った 専用メニューを作成

> 面談や姿勢評価を実施して ご要望に合わせたメニューを 作成します。



今だけのキャンペーン中! お得な料金で始めてみませんか?

期間限定

2025.12.28までの申込

通常 6,600 円のところ

14,980 积之

お申し込みは受付スタッフまでお声掛けください

事前予約制となっております。

お問合せはお電話でも!

C 0739-33-7888

法 能 を は お ュ は お えま 見 反 ま きあり 手 員 性 方 で 勧 ビ の 事はありませんか 段から運動 味 が 法 き ス を より当施設 様 伝 動 ま を が 作 あ の を行 方法 利 成 ŋ 間 す あ は ま ナ 健 やご が、 を ŋ 用 ま 怪 成 事 本 供 そこで資格 「初心者説明 プアッ す。 に関 ま る 我 す が は さ オ が 康 をご利 した た を 自 ۴ 初 て せ お プ 個 自 ま 作 相談 誘 だ で 個 身 自 サ ル て 伝 してお 心 も 由 ŋ 人別 人別 頂 け 安 正 発 で が < サ の ける 方法 ま 心 合 で も ビ 高 の す お á ポ す。 メニ 方 わ 運 ス 方 て 木 X 可 な法 に た

お客様のお喜びの声



3ヶ月で体重-10kg達成しました! 運動や栄養についてサポートを受けて 効率的なダイエットができました!



定期的な測定で体型を維持できます。 筋肉量や体脂肪率を測定することで 現状の身体状況を把握できて 目標を立てて運動を取り組めます。



マラソンの成績が向上しました!
ランニングのオフ期間に筋トレを取り入れたら、身体が楽に動くようになり自己記録を更新しました!

担当トレーナー



担当:北野

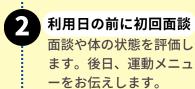
保有資格

- ・健康運動指導士
- 健康運動実践指導者
- ・NSCA -CPT認定 パーソナルトレーナー

申込のステップ

受付で予約

初回面談の予約を受付し ます。



運動メニュー案内 運動方法をお伝えします。 (約1時間)







よくある質問

会費以外に費用はかかりますか?

会費とは別でメニュー作成料金の 支払いが必要となります。

相談にのってもらうだけでもいいですか?

運動に関して、疑問や不安がございましたら、お気軽にご相談ください。

会員でなくても利用できますか

ビジターのお客様は、1回使用料金と メニュー作成料が必要となります。

ホームページ

上富田スポーツサロン



住所:和歌山県西牟婁郡上富田町朝来3871番地

TEL: 0739-33-7888 FAX: 0739-33-7887

営業時間

平 日:9時00分~22時00分 土日祝:8時00分~20時00分 休館日:第3金曜日とその前日