

# パーソナルトレーニング

始動!!

担当  
トレーナー



米田 隼人

## PROFILE

### 【資格】

- ・健康運動実践指導者
- ・KAATSUインストラクター

### 【こんな目標の方にオススメ】

- ・可動域の向上
- ・飛距離(ヘッドスピード)アップ
- ・身体のケア
- ・ダイエット
- ・一人で運動するのが苦手な方 など

## パーソナルトレーニングとは？

一人ひとりの目標に合わせた身体作りを1対1でサポートします。

目標に対し、より安全かつ効果的なトレーニングやコンディショニング方法を提案し、実施していきます。

**30分 3,240円(税込)**

**60分 6,480円(税込)**

開講時間はサークル体操プログラム表で  
ご確認ください。

※受付、支払い方法など、ご不明な点はフロントまでお問い合わせくださいませ。

※ゴルフの技術指導をするものではありません。あらかじめ、ご了承下さいませ。

※運動により、悪化する持病をお持ちの方は、お断りする事がございます。