

トレーニングコース エントリーコース

2Days

4DPRO® (バンジーフィットネス) の器具の取り扱いから、基本的な考え方、数々のエクササイズを習得していただけます。パーソナルにもグループ指導にもまた老若男女問わず、シニアや低体力者のための機能改善目的のエクササイズ、スポーツパフォーマンスアップのためのエクササイズと多様に学びます。

日時

2020年4月4日(土)、5日(日)
両日10:00~17:00

【料金】 59,800円(税込)

再受講(リテイク):19,800円(税込)

【講師】 尾陰 由美子(4DPROマスタートレーナー)

【定員】 14名

【会場】 からだの学舎Re-fit

【持ち物】 筆記用具、タオル、水分、
動きやすい服装(女性の方は長袖をお勧めします)

【お申し込み・お問い合わせ】 ☎072-260-4085
MAIL : info@karadanomanabiya.com
HP : <https://karadanomanabiya.com>

4DPROのギアを講習会当日に
PayPayでお支払いの方には送料無料

からだの学舎

Re-fit
Karada no Manabiya

