



# 始めよう、ジブンみがきー。

## 《ラディアのパーソナルトレーニングは…?》

- ①メタボ解消・ダイエット!
- ②身体の歪み、痛みの調整
- ③体力向上、疲労回復
- ④スポーツパフォーマンスの向上
- ⑤メリハリ・ボディメイキング

### パーソナルトレーニング料金

### ¥6,600- (税込) /60分

### ※お得な回数券も有ります!



年齢、性別とわず全ての方々の「なりたい!」  
 をお手伝いします。  
 ダンベルやバーベル、ファンクショナル(全身の運動性)、PNFコンディショニング(からだの調整、不具合改善)など、様々なアプローチをしますので、安全、充実、効果的です!



# パーソナルジム RADIA国立

# TEL 090-6005-8661

ラディア国立:検索

