

お家がジムになる🏠

zoom を利用し経験豊富なインストラクターがオンライントレーニング、ヨガを提供いたします。家から受講できるためジムに通う時間を節約でき、準備も簡単！ストレッチマット一枚あれば十分でございます。

新機能追加

録画機能で 24 時間視聴できトレーニングできます。

例) お仕事でレッスン開始時間に間に合わなくて受講できない場合、レッスン開始時間までに LINE 連絡頂ければレッスン終了後に動画の URL 送信致します。

注意：1 動画=1 レッスンとしてカウントされます。

《 料金システム 》

☆月 4 回 (週 1 回ペース)

¥4,000- (税込) 1 回あたり ¥1,000-

仕事、家事で時間が取れないけれど体のライン、健康を保ちたい方

☆月 8 回(週 2 回ペース)

¥6,000- (税込) 1 回あたり ¥750

無理なくマイペースのトレーニングで人間らしい体のラインを作り引き締め効果を出したい方

☆月 1 2 回 (週 3 回ペース)

¥7,000- (税込) 1 回あたり ¥583-

効果絶大！短期集中型でみるみる体に変化する。

その理由はトレーニングで栄養の吸収が良くなり、また代謝 up でデトックスにも作用します。

週に 3 回ペースのトレーニングでゆっくりする日を作っても代謝の高い 1 週間がキープできます。

☆フリーパス (受け放題)☆

¥10,000- (税込) 1 回あたりなんと!!¥450 以下

筋力トレーニングのみならずリラックス系クラスを受講することで体は、より進化します。

ヨガ、ピラティス筋トレ全てのレッスンが受け放題で最上級のお得なコースです！

自宅でもワガママボディを獲得できる最高にお勧めです。