もっと速く、もっと強く、
もっと動ける身体へ。

アスリート向け
パーソナルトレーニング

競技力を、もっと高く。

一人ひとりの競技・目標に合わせた
マンツーマン指導で、あなたの可能性を
最大限に引き出します。

アスリート以外の方も対応可能！
健康づくり・体力向上・
ダイエット・姿勢改善など
幅広い目的に合わせて
サポートします。

TAKAフィジカルステーション × IRISOアリーナ横手

専門的な知識と経験を活かしたパーソナルトレーニングを実施します。
競技力向上はもちろん、健康づくりや体力アップなど、幅広い目的に対応します。

競技力アップをサポート！

スピード 瞬発力	筋力 パワー	敏捷性 アジリティ	バランス 体幹	コンディショニング ケガ予防

対象	料金	時間	予約方法
中学生以上	¥ 6,000円/回	予約サイトより ご確認ください	WEB予約・ 受付窓口

IRISOアリーナ横手

0182-23-7151　〒013-0064
秋田県横手市赤坂字館の下48-2

初めての方は
新規会員登録
から！