

Instabody

インスタボディ

2ヶ月短期集中
食事指導付き
ダイエットプログラム

週2回×8回+初回栄養カウンセリング
全17回172,780円(税込)



Parts Design

パーツデザイン

女性向け1ヶ月短期集中
選べる5コースから
理想のパートへ

週2回×8回/30分
全8回40,650円(税込)



Start Personal

スタートパーソナル

マンツーマン指導で
あなたの目的に合わせた
トレーニングを集中して行います

2回/60分 or 4回/30分
全4回8,800円(税込)



ねんさぽ

グループ+パーソナルトレーニングで
1年間目標達成の全力サポート

1ヶ月目:月4回のテーマ別トレーニング

2ヶ月目以降:テーマ別トレーニング

+
月1回20分パーソナル

グループトレーニング:回数制限なし
20分パーソナル:全11回

2,200円(税込)

