

パーソナルトレーニングコース回数券と1回券の比較表

	総合回数券コース	1回券コース
1回60分当たりの料金	8回券5,500円(追加券4,900円) 16回券5,000円(追加券4,600円) 24回券4,583円(追加券4,400円) ※追加券は8回単位です	5,000円(15分毎1,250円) ※エコノミー回数券ご利用の場合4,546円
まとめ予約	10日前から3枠まで可	7日前から1枠まで
食事サポート	○	△ ※オプションで追加可 ダイエッターリーガイダンス1週間1,250円
体組成記録とトレーニング記録の共有	○	△ ※オプションで追加可 (ダイエッターリーガイダンスに含まれます)
当日予約	11:30から	14:30から
HALFセッションシステム	○(30分×2回に分割可)	×
スポーツ保険	○	○

各コース料金一覧

総合回数券コース	1回券コース
<ul style="list-style-type: none"> 1回60分 8回券(有効期限4ヶ月(120日)) 44,000円 追加券1回4,900円(8回～) 16回券(有効期限5ヶ月(150日)) 80,000円 追加券1回4,600円(8回～) 24回券(有効期限6ヶ月未満(180日)) 110,000円 追加券1回4,400円(8回～) 	<ul style="list-style-type: none"> 15分毎1,250円 ダイエッターリーガイダンス 1週間1,250円 エコノミー回数券 15分 × 30回 + 3回(有効期限6ヶ月未満(180日)) 37,500円

ショートフィットパーソナル

- HIIT(15分)**1,250円**
(2名計2,000円)
- パンチ&キック(15分)**1,250円**
- ストレッチ(15分)**1,250円**
(2名計2,000円)
- ダイナミックフレキシビリティ&エアロビクス(30分)**2,500円**
- SAQ運動能力向上トレーニング(30分)**2,500円**
- 体幹(30分)**2,500円**
(2名計4,000円)
- カラテフィット(30分)**2,500円**
(2名計4,000円)

筋トレパーソナルセミナー

- 家トレ1パーツ(30分)**2,500円**
(2名計4,000円)
- 家トレ3パーツ(60分)**5,000円**
(2名計8,000円)
- バーベル1種目(45分)**3,750円**
- バーベル2種目(90分)**7,500円**

ウォーキング・ランニングパーソナル

- 1回45分**3,750円**
- 屋内トレーニングのみ30分**2,500円**

エコノミー回数券

- 15分 × 30回 + 3回(有効期限6ヶ月未満(180日))
- 37,500円**