

競技別

筋バランス

柔軟性

体調改善

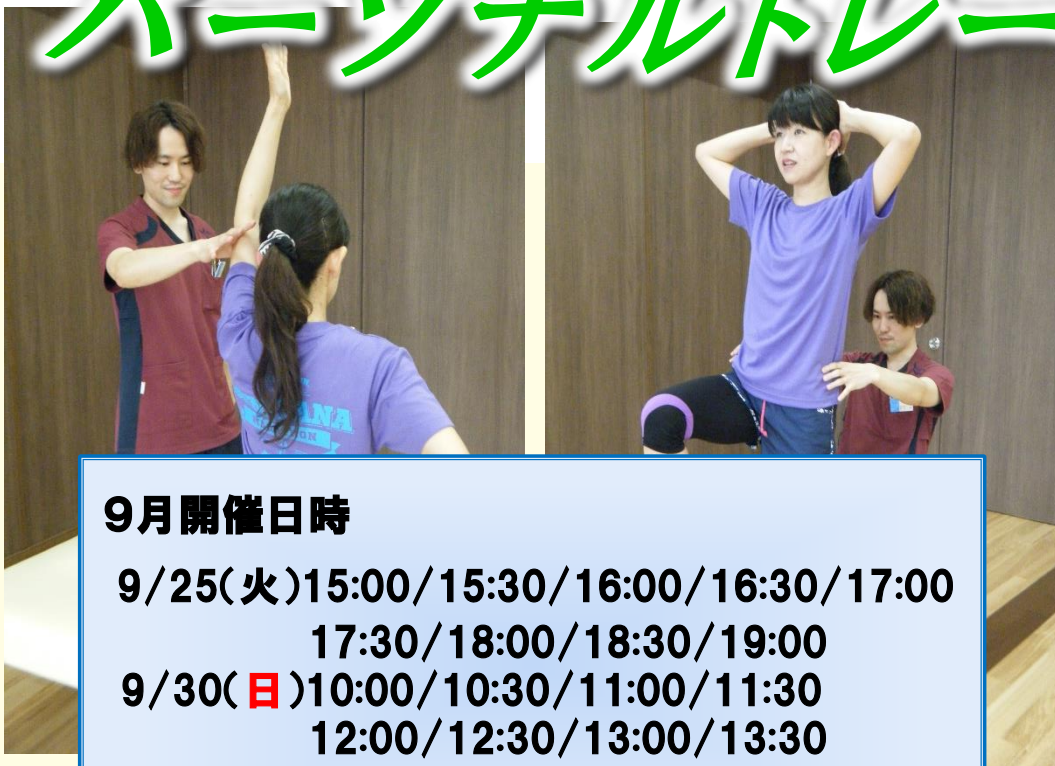
膝痛

腰痛

PERSONAL TRAINING

パーソナルトレーニング

開始!



武田 洋

【保有資格】

- ・理学療法士
- ・フットケアトレーナー

9月開催日時

9/25(火)15:00/15:30/16:00/16:30/17:00

17:30/18:00/18:30/19:00

9/30(日)10:00/10:30/11:00/11:30

12:00/12:30/13:00/13:30

★1枠30分となっています。

★8/31(金)までご予約お願い致します。

宝田整形外科クリニック理学療法士による

マンツーマン指導だから無理なく、効果抜群!!

- ウォーキング、ランニング、競技別のフォームやバランスをチェック。あなたに必要な柔軟性やトレーニングメニューを作成します。
- 肩、膝、腰などの痛みの原因も、身体チェックを行い痛みの軽減・改善の為にオリジナルメニューを作成します。
- 完全予約制。
9月開催分は8/31(金)が申込締切日となります。

☆ 1 枠 30 分

フィットネス会員様
クリニック患者様

¥3,000

※クリニック患者様（3ヶ月以内に受診された方）

一 般

¥3,500

(税別)

メディカルフィットネス

La Santé

0235-64-8858

鶴岡市日枝字小真木原 8 8 - 1 <http://www.takaradaseikei.com/la-sante/>

■ 平 日 13:00~21:00

■ 土日祝日 10:00~18:00