

ボディメンテナンス & パーソナルトレーニング

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で、無理なく効果抜群!!



運動後のメンテナンスや骨盤調整などの
整体（コンディショニング）も行うことが可能です！

- 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・改善の為のオリジナルメニューを作成します。
- 完全予約制。



9月開催日時

9/7(土) 10:30/11:00/11:30/12:30/13:00/13:30/14:00
9/17(火) 15:00/15:30/16:00/16:30/17:00/17:30/18:00/18:30/19:00
★1枠30分となっています。

ご利用者様の声



痛みの原因が思ってもみなかつたところにあると分かり、改善のために必要な運動を教わりました。頑張って続けてみます！

ヨガをやっていますが、日頃から身体のバランスの悪さが気になっていました。どのようなことをしたら良いか聞けてとても良かったです。



☆ 1枠 30分

フィットネス会員様
クリニック患者様

¥3,000
(税別)

※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)



陸上競技のために身体バランスをチェックしてもらいました。競技力向上のための強化メニューをもらったので頑張ります！

メディカルフィットネス La Santé
0235-64-8858

■ 平 日 13:00~21:00
(水曜定休)
■ 土日祝日 10:00~18:00