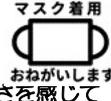


パーソナルプログラム

メニュー	対象	料金（税込/50分）
トレーニング ご希望に沿ったメニュー作成、トレーニング指導、アドバイス等を行います。 運動方法に不安のある方におススメです。  マスク着用 おねがいします	高校生以上	¥4,400- ¥7,700-/ペア ※同一内容に限る
ペア・ストレッチ トレーナーによる柔軟運動です。自身でのストレッチに物足りなさを感じている方におススメです。  マスク着用 おねがいします	高校生以上	¥4,400-
はじめてトレーニング 運動経験の少ない方に、目的に合わせた基本のトレーニングをご紹介します。  マスク着用 おねがいします	高校生以上	¥4,400- ¥7,700-/ペア ※同一内容に限る
スイミング 全く泳げない方から4泳法の習得、スキル改善レベルまで対応いたします。 競技力向上を目的とする方は要相談	小学生以上	¥4,400- ¥7,700-/ペア ※同一内容に限る
体操 主に学校体育や運動会種目に対応いたします。 マット運動・縄跳び・跳び箱・鉄棒・かけっこ・ボール投げ 等  マスク着用 おねがいします	年少～ 小学6年生	¥4,400- ¥7,700-/ペア ※同一内容に限る

■申込方法

- 希望日の1週間前（同曜日）午前9時より窓口もしくはお電話にて予約受付を開始します。
予約開始日が休館日にあたる場合はその前日より予約を開始し、休館日が連続する場合は、以後同様とします。
- 時間前に入電にはご対応いたしかねます。※いかなる場合でも一旦お電話を切らせていただきます。
- キャンセル待ちの受付は致しません。
- 各メニューの予約枠は、固定（月次更新）となります。ご希望枠をご選択ください。
（ホームページ・トップの「●教室・代行・休講等のお知らせ」の「パーソナルプログラム・スケジュール」参照）
- 公平性を期すため、予約開始日の同日予約は一人1枠とさせていただきます、翌日以降空きがあれば同日複数予約を受け付けます。

■ご精算方法

- 当日受講前に9階受付にて現金でご精算ください。
- 料金には施設使用料（2時間）が含まれています。
※施設利用時間を延長された際は、退館時にご精算いただきます。
- ご精算時に「パーソナルプログラム同意書」にご記名ください。（初回受講および新年度初回のみ）

■キャンセルについて

- キャンセルは、予約前日開館時間（通常月～土：22:00、日曜：21:00）まで受付いたします。
「当日キャンセル」の受理については、人員配置の観点から「履行」とみなし料金を申し受けます。