



*Personal trainer* shinnto kinoshita

木下 進人

# パーソナルトレーニング

日程 令和5年9月10日(日)

場所 富山県総合体育センター 第2トレーニング室

パーソナルトレーニングをお申込みの方へ

パワーリフティングの記録向上には“筋力”と“技術”が必要です。フォーム指導だけでなく、トレーニングプランなどご自身に合ったアプローチが知りたい方はぜひご参加ください

**45分 7,000円**

**先着 3名様**

パーソナル申し込みはこちら

<https://forms.gle/p8eUxhZgXzuFddNL7>



パーソナル枠

- ① 13:15~14:00
- ② 14:05~14:50
- ③ 14:55~15:40