



# 菅原 謙太

KENTA SUGAWARA



## 自己紹介

経験者から運動習慣がない方、また老若男女問わず、皆さまの【健康】をサポートします。パフォーマンス向上や関節の痛みの予防改善。自分のやっているトレーニングが本当に合っているのか？効果的にできているのか？そんな些細な事でもご相談下さい。『なりたい身体へ』一緒にトレーニング頑張ってみませんか？

## 料金

45分 4,860円(税込)  
60分 6,480円(税込)

## 予約方法

メール又はフロント  
k.sugawara.personal@gmail.com  
※メール予約とフロント予約が重なった場合は、メール予約優先とさせていただきます。

## 指導可能時間

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
月														
火														
水														
木														
金														
土														
日														

...予約可能時間

...応相談

...予約不可

ご不明な点は、お近くのスタッフまでお声かけください。

# お申込み等の詳細について

## お申込み

**6/1(金)9:00～予約開始！**

- メール又はフロントにてご予約下さい。
- 電話での予約は出来ません。
- メールといフロントでの予約が重複した場合は、メール予約を優先いたします。

## キャンセル料について

**当日キャンセルのみ  
50%の料金を頂戴します！**

- キャンセルのご連絡は、前日までにメールにてトレーナーへご連絡下さい。
- ※お電話又はフロントでのキャンセルは出来ません。