

R

リハビリ室 REHABILITATION ROOM

テニスのプレー時における痛みや日常生活動作での痛み、抱えていませんか？

このような体の不調には、痛みのある部位の他にも様々な原因が潜んでいます。

痛みの元となった根本の原因を探り、それらを施術することでお客様の症状を改善していきます。

A コンディショニングコース 予約制

ケガの予防から治療まで、全身状態を整えて、体の不調の改善を行います。
主にベッド上での治療を行い、必要に応じて運動も行っていきます。

〈時間〉60分 *時間は前後することがございます。

●1回券(当日券)／¥3,000 (税抜)

●4回券(2ヶ月有効)／¥10,000 (税抜)

*トライアル(コンディショニングお試しコース2回分)／¥3,000 (税抜)



B パーソナルトレーニングコース 予約制

日常生活動作からスポーツまで、崩れない体を！
主に自重を用いたトレーニングを行いながら、
体幹から各部位まで強化していきます。

〈時間〉30分 *時間は前後することがございます。

●1回券(当日券)／¥1,500 (税抜)

●4回券(2ヶ月有効)／¥5,000 (税抜)



C ハーブティー+αコース 予約制

ハーブティーによる効果（リラクゼーション、血糖値の安定化）と
コンディショニングの食事面と運動面の両方からのアプローチを行なっていきます。

①ハーブティー+コンディショニング

●1回券(当日券)／¥3,500 (税抜)

●4回券(2ヶ月有効)／¥12,000 (税抜)

②ハーブティー+パーソナルトレーニング

●1回券(当日券)／¥2,000 (税抜)

●4回券(2ヶ月有効)／¥7,000 (税抜)



D テーピングコース 予約制

体の各部位において、気になる部分にキネシオテープを貼ることで
痛みの軽減・ケガの防止を行います。

レッスン前にはケガの予防、またレッスン後には痛み・張りのある部位の
リカバリーを早く促す効果が期待できます。

●料金／肩・腰・膝など1部位につき¥500 (税抜)

