

中・高校生スポーツ選手を応援!! 冬期限定“トレーニング会員”募集!



シーズンオフ到来!

ダイナミックでは中・高校生の冬場のトレーニングをサポート。

この冬は、ダイナミックでしっかり差をつけよう!



〈対象〉 中学生・高校生

〈期間〉 平成 22 年 1 月～3月

※4月以降、引き続きご利用の場合には、ご相談ください。

〈料金〉 ◆登録料:5,250 円

◆月会費:下記の中からお選びいただけます。

種別	月会費	利用時間
フレッシュ	9,450 円	営業時間内はいつでも OK 平日:9:30~22:30、土:~22:00、日・祝日:~18:00
デイトム	7,350 円	9:30~17:00
ホリデイ	5,250 円	土、日曜、祝日はいつでも OK

※1ヶ月目の月会費は、16日以降申し込みの場合は、半額となります。

トレーニングの流れ



①オリエンテーション
担当の指導員が体調や目標を確認します。



②初回チェック
からだの筋肉量や体脂肪率、体力測定を実施。自分の弱い所を確認できます。



③トレーニング
競技別プログラムでトレーニング。初回は、マンツーマンでの指導で安心です。

“トレーニング会員”に関するお問い合わせは、気軽にお電話にてどうぞ!! 担当:名倉紀子、大久保徳人
TEL 0761-47-1214 休館日:毎月第4土、日曜(月に2日のお休み)、年末年始12月29日~1月3日