



Self プラン



¥7,000/月

 = セルフ利用



セルフ利用プラン

予約の制限がなくマイペースにご利用頂けます。
ウェルネスキーの登録を致しますので、ご来館前にご連絡をお願いします。



このプランは、T's Energyメソッドをご理解頂いた方向けの物です。
無理な運動によって関節等、身体を痛めない様にお願いします。
※トータル約120分のパーソナルレッスンを受講下さい。



運動処方箋



初回はパーソナルトレーニング60分以上の受講が必要です。(別途申込が必要です。)



セルフ利用



新しいメニューを増やしたい時・トリートメントが受けたい時などは
オプションでレッスンを受講頂けます。



いつでも、プラン変更は可能です。