サポトレ JEXER YOKOHAMA

無料 トレーニングサポート

■１日１回 **10分～** のご案内

■毎時 **00分 ・ 30分** にスタート

■マンツーマンでトレーニングをサポート

※ご希望の方はお近くのスタッフまでお声かけ下さい。
　スタッフ対応時間内でのご案内となります。

※マンツーマンでの実施となります為、
　混雑時はご案内までお待ちいただく場合もございます。

👉おすすめPOINT

トレーニング初級者・中級者の方におすすめ。

◎自分に合ったトレーニングメニューをつくってほしい
◎マシンの使い方を教えてほしい
◎トレーニングフォームを見てほしい
◎トレーニングのバリエーションを増やしたい
◎フリーウエイトトレーニングに挑戦したい

今抱えるトレーニングの悩みをお聞かせください。
ジェクサースタッフがサポートをさせていただきます。