

ジェクサースタッフが
トレーニングをサポートします

サポトレ

SUPPORT TRAINNING

もちろん**無料!!** どなたでもご利用いただけます
相談内容はなんでもOKです
ジムスタッフへ気軽にお声がけください!



マシンの使い方を教えてほしい

正しい使い方は成果への近道です



トレーニングメニューを作ってほしい

あなたにピッタリのメニューを提案します



フォームチェックをしてほしい

定期的にチェックしましょう



ワンポイントアドバイスが欲しい

TANITA測定のデータから運動の提案をします

SAPOTORE