

Physical Conditioning Method Training Program

あなたのカラダにあったエクササイズを習得！
スタジオとセミナーを両立させたプログラム

AAA トレーニングカレッジ



カメさんクラス

【初級】

いつも行っている運動を
丁寧に説明を交えながら
できるようにします

事務手数料 ¥1,000-
スタジオ/セミナー
(15~20分)

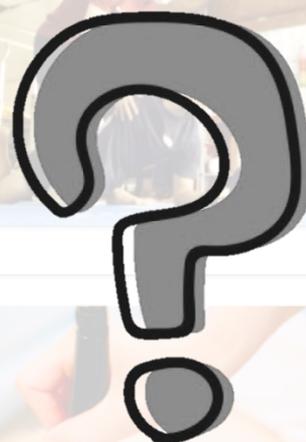


???クラス

【中級】

症状などの予防目的の運動
カメより少し難しい運動
だけど体が軽くなる運動

事務手数料 ¥2,000-
スタジオ/セミナー
¥500-



???クラス

【上級】

動いてカラダが軽くなる
運動をマスターし
日常生活もラクラク！

事務手数料 ¥3,000-
スタジオ/セミナー
¥1,000-

【12月開始・カメさんクラス】

モニター募集！

AAAトレーニングカレッジに入学していただき、
上級クラスしっかり昇級するまで頑張るモニターさんを募集します。

応募数が多い場合は、抽選となりますので、ご了承ください。
ご興味のある方はスタッフまでお気軽にお問い合わせください。