



～プロの指導で体を変える～

代表 原田 大輔 (TEL) 090-1198-0322
(メール) d.fit.class@gmail.com (HP) D-FIT 早良
(ブログ) フィットネスインストラクター原田大輔のブログ
(メール配信)会員の方は、右記を読み取り、ご登録をお願いします。



グループレッスン	内容
ZUMBA	ラテンの陽気な音楽で、ダンス！楽しく汗をかきたい方は、コレ！ハマる人続出中！
ZUMBA GOLD	運動初心者、高齢者の方向けのZUMBA！やさしく、ゆっくり、簡単！
ボクシングEX	格闘技の動きでストレス発散！しっかり体を動かしたい方はコレ！ダイエットにも！
ピラティス	姿勢の改善から、肩、腰、膝などにトラブルを抱えている方はコレ！
YOGA	やさしいポーズと深い呼吸で、体と心をほぐしていきます！体柔らかくなります！
STRONG by ZUMBA	格闘技と筋トレのクラス！自分史上最高の体へチャレンジ！※ダンスではありません。

パーソナルトレーニング ペアトレーニング ※空き状況はブログにUP	1対1で、お客様のご要望に応じたメニューを組み、トレーニングします。痩せたい、筋肉をつけたい、柔らかくになりたい、腰痛や膝痛を改善したい、体をほぐしたい等、どうぞお申し付けください。お友達等と一緒に、1対2のペアトレーニングも楽しいですよ！日時は、お客様とご相談の上、決定致します。空き状況はブログにアップ！
---	--

●料金 ★ご新規様は、お試し期間として、1カ月間何回でも、早良体育館、西プールの対象グループレッスンを無料で、パーソナルは会員料金で受講できます。

早良体育館、西市民プールは、会員料金とビジター料金の2種類あります。会員になるには、入会金が必要ですが、割安でレッスンを受講できます。

(入会金)¥10,000 (再入会金)¥5,000 ※6か月間一度もご参加が無い場合は、会員資格を失います。再度会員としてレッスンに参加する場合は、再入会金が必要です。

★早良体育館&西プール	会員	非会員(ビジター)
グループレッスン(レギュラー)	1レッスン ¥500	1レッスン ¥1,000
パーソナルトレーニング ※1週間前のキャンセルは、キャンセル料全額発生	60分 ¥3,500 別途場所代¥260	60分 ¥7,000 別途場所代¥260
ペアトレーニング ※1週間前のキャンセルは、キャンセル料全額発生	お一人様 60分 ¥2,000 別途場所代¥260	お一人様 60分 ¥4,000 別途場所代¥260

●メガドンキは、ご新規様は、登録手数料¥5,000必要。有住、公民館は不要	
★有住集会所(ヨガ&ピラティス)	水曜夜 (月2回)¥1,500 (1回)¥1,000
★早良公民館(ボクシングEX&ZUMBA)	毎週木曜夜 (月4回)¥3,200
★メガドンキ(ボクシングEX)	毎週月曜夜 (単発)¥1,000 (月謝)2回¥1600・3回¥2,400・4回¥3,200

★65歳以上の方は、月会費制がお得です！(会員様限定)
早良体育館のグループレッスンを受講し放題 ※対象外レッスンあり
<朝・昼のみ>3000円 <夜のみ>2500円 <全時間帯>3500円

★イベントレッスン・お知らせ

【コロナウイルス感染拡大防止についてのお願い】

- ①体調の悪い方、体調の悪い人と接触した方、体調に少しでも不安のある方、持病をお持ちの方は、参加をお控えください。
- ②レッスン前は、手指の消毒をすると共に、咳エチケットへのご協力をお願いします。
- ③寒くても、部屋の換気をこまめに、又は常時致します。衣服で調整できるようにお願いします。
- ④不必要に、顔に触れたり、目を触ったり、また他者に触れたりしないでください。

●3月12日(日)&25日(土)【STRONG by ZUMBA】・STRONGファンちょっとずつ増えてます♥やらず嫌いはいもったいない！