東＆ななこトレーナー スペシャルイベント 申込一覧表

東トレーナー
プロが実際に受けているボディケア（マッサージ・治療）

20分⇒お試し!!!
40分⇒しっかり
60分⇒きっちり

（料金）1枠20分　3,300円（税込）
休会中の方+1,100円（税込）

※たくさんの方に受けてもらいたいので、1名最大3枠（60分）までとなります。

	時間			氏名	クラス	希望施術部位
	記入例			島浦　亮	月曜P1初	肘・腰
10/2（日）	9:00	～	9:20			
	9:20	～	9:40			
	9:40	～	10:00			
	10:00	～	10:20			
	10:20	～	10:40			
	10:40	～	11:00			
	11:00	～	11:20			
	11:20	～	11:40			
	11:40	～	12:00			
	12:00	～	12:20			
	12:20	～	12:40			
	12:40	～	13:00			
	13:00	～	13:20			
	13:20	～	13:40			
	13:40	～	14:00			
	14:00	～	14:20			
	14:20	～	14:40			
	14:40	～	15:00			

施術場所は女子更衣室を予定しております。
上記以外の時間はご相談ください。

東トレーナー休憩時間

9/23（金）～お申し込みスタート

前々回のボディケア
シーン

ななこトレーナ
疲労回復!!ボディメンテナンス

20分⇒軽く疲れの方
40分⇒まあまあお疲れの方
60分⇒鬼疲れの方

（料金）1枠20分　2,650円（税込）
休会中の方+1,100円（税込）

※たくさんの方に受けてもらいたいので、1名最大3枠（60分）までとなります。

	時間			氏名	クラス	特に疲れている部位
	記入例			島浦　亮	月曜P1初	腰
10/1（土）	17:00	～	17:20			
	17:20	～	17:40			
	17:40	～	18:00			
	18:00	～	18:20			
	18:20	～	18:40			
	18:40	～	19:00			
	19:00	～	19:20			

10/1（土）限定となります。

施術場所は女子更衣室を予定しております。
上記以外の時間はご相談ください。

東トレーナーオリジナル!肩甲骨はがし

（料金）1回　1,650円（税込）　休会中の方+1,100円（税込）

※ボディケアご参加の方　－550円

ボディケアの空き時間に施術を行います

東トレーナーオリジナル肩甲骨はがし
⇒サーブ力UP！！肩こり軽減！！

東トレーナーの
空き時間にどうぞ！！

時間	氏名	クラス	ボディケア参加
～			○　×
～			○　×
～			○　×
～			○　×