

# インストラクター派遣サービス

自宅や体育館までインストラクターが伺います！

## 出張フィットネス

- ◎ 自宅の一室や公共施設まで先生に来てもらいたい！
- ◎ 運動したいけどフィットネスに通う時間がない！
- ◎ 小さな子供を連れてたままレッスンを受けてたい！

### 実施可能レッスン

ヨガ(ストレッチヨガ、整体ヨガ)、太極拳、ボクシングエクササイズ  
格闘技エクササイズ、健康体操、ダンベル体操、肩こり・腰痛予防体操  
子供運動(縄跳び、前周り、逆上がり、かけっこ等)

### (料金)

所要時間:通常50分 (2時間セミナー等のレッスン依頼も承ります。)

講師料金: **1レッスン50分 5,250円~(5名様まで)**

※お一人様増えるごとに1,050円プラスになります。

※30名を越す人数のレッスン依頼の場合1レッスン料金は相談に応じます。  
(別途費用:交通費・宿泊費等実費)

### 過去にレッスン依頼のあった施設

体育館・公民館・デイケアセンター  
美容院・マンション集会所イベント  
企業福利厚生イベント・学校  
女性児童センター 等

### レッスン実施までの流れ

- 1、お電話にて依頼されたいレッスン内容、時間、場所  
参加者人数をお知らせください。
- 2、レッスン実施場所となるお部屋(屋外可)の詳細情報  
(床の状態・音響等)についてお知らせください。
- 3、適任インストラクター候補をご案内いたします。
- 4、インストラクターが決定した後レッスン実施

## 貸しスタジオ

お稽古やイベント等にご利用ください！

平日(10時~17時)	1時間	会議室	1,575円
		// スタジオ	2,100円
平日(17時以降)及び土日	1時間	会議室	2,625円
		// スタジオ	3,150円

会議室(長机2台、ホワイトボード)、スタジオ(音響設備有り)

※貸しスタジオご利用は代表者の方に別途入会が必要となります。(3,150円)

※施設の広さ、環境を一度ご確認ください。見学随時受付(要予約)。

