



「ゴルファーの為のストレッチ・マッサージ・トレーニング」のご案内

パーソナルストレッチで飛距離アップ、怪我の予防、疲労回復、パフォーマンスアップを目指しましょう！！

ストレッチを中心とした身体調整を行っています。
ストレッチは筋肉や関節の本来持っている弾力性を蘇らせてくれる運動療法の一つです。
「股関節を柔らかくしたい」、「肩甲骨を柔らかくしたい」、「腰の張りが気になる」、「安定感のあるスイングをしたい」などなどご要望に合わせてトレーナーがストレッチやマッサージを施していきます。
継続をすることで体の状態は高まりますし、疲れにくい体にもなっていきます。また、トレーニング方法などのアドバイス等もさせていただきますので、是非ご利用ください。

＜ご利用時間・ご料金＞

お客様のご都合の宜しい場所へトレーナーが出張致します。ご自宅、会社などご利用ください。
また、法人様向けの健康サポートも承っております。
※遠方の場合は出張費がかかる場合がございます。

1回毎のお支払い

●30分:5,000円 ●60分:9,500円 ●90分:13,500円

チケット

30分×5回チケット:23,750円 30分×11回チケット:47,500円
60分×5回チケット:45,125円 60分×11回チケット:90,250円
90分×5回チケット:64,125円 90分×11回チケット:128,250円

※お支払いは現金及び、銀行振込にてお願い致します。

株式会社COZY

アスリートから一般の方々までのパーソナルトレーニングを行うトレーナー企業。
アスリートのサポート分野ではゴルフ、モータースポーツ、野球、サッカー、ラグビーなど様々な競技のアスリートのサポートを行っている。
また、アマチュアゴルファーへのトレーニング指導やボディメンテナンス等も積極的に行っている。



お問い合わせ・ご予約

株式会社COZY

長野県上伊那郡箕輪町東箕輪5164-2

東京都葛飾区高砂5-52-12

HP:www.cozy-pt.com TEL080-5514-7344 (担当小嶋)

e-mail:kojima@cozy-pt.com

