



It'sスポーツクラブ桜台 It's整体院

コース&料金表

※表示価格は消費税(8%)込みの料金です。

コース	内容	時間・料金
院長施術 【鍼灸・マッサージ ・トレーニング指導】	問診から動きのチェックまで行い、現在のあなたの身体の状態をご説明いたします。痛みや不調の原因を根本的に改善できるように施術を行っていきます。体の痛みや不調がある方はまずご相談ください。	30分 3500円 60分 7000円 90分 10500円
ルポゼ 【もみほぐし+アロマ】	育児や家事、仕事に追われて、気が付けば一日あつという間にすぎていませんか？たまには、自分にご褒美を。アロマの香りで癒されながらもみほぐしをします。	30分 3000円 10分延長ごと 1000円
オイルリラクゼーション (女性専用)	女性トレーナーによるオイルを使用したもみほぐしで血行改善を行います。	60分 6000円
パーソナルトレーニング	細マッチョを目指したい方、そこまでではないが体を引き締めたい方、It's整体院でパーソナルトレーニングしませんか？！やみくもにトレーニングするのではなく効率よく効果的な運動を個人個人に合わせて行って行くので安心です。体を引き締めて見た目年齢をグッと若返らせましょう！	60分 6000円
パーソナルストレッチ	トレーナーと一緒にストレッチをすることで普段伸ばす事ができない筋肉も伸ばす事ができ、身体が柔らかいと代謝も良くなり、コリの予防にもなります。	20分 1800円
ボディメイクトレーニング (女性専用)	女性トレーナーによる筋力トレーニングでと体の引き締めを行います。『シェイプアップ』を一緒に行っていきましょう！	60分 6000円
背骨コンディショニング グループ体操	背骨の歪みを整えて、不調を改善していく運動プログラムが背骨コンディショニングです。独自の体操で関節や神経をゆるめ、背骨を矯正し、背骨を支えるための筋力向上をします。みんなで一緒に楽しく体操しましょう。	1回 60分 1000円

☆ご予約・お問合せ☆

☎ 045-507-4874



itsseitai2015@gmail.com

It's整体院

横浜市青葉区桜台27-9

It'sスポーツクラブ桜台2階(サミットコルモピア裏)

※駐車場:台数に限りがございますので

ご利用の方は予約時にお申し出ください。

営業時間〈完全予約制〉

火・水・木・金曜

10:00~18:00 (最終受付 17:30)

土曜

10:00~15:00 (最終受付 14:30)

<http://www.its-gym.com/seitai.html>