

大好評

《予約制》

完全個別 トレーニングプログラム

ダイエットしたい…
生活習慣病を改善したい…
腰痛・肩こりなどを改善したい…
トレーニング方法がわからない…



専門スタッフがあなたのために
60分間つきっきりでサポート!!

動作解析+カウンセリング+トレーニング

☆レッドコードが使用できるのは完全個別トレーニングだけ!!



予約制
1回(約60分)

2,000円

※入館料別途必要

レッドコードって?



レッドコードは、運動器系疾患、神経系疾患に対する治療・エクササイズや、スポーツアスリートなどに用いられるファンクショナルトレーニングを可能にする機器の名称、治療法のことです。

適度な不安定性の中で
運動することで効率アップ!!

詳しくは運動指導員にご相談ください

お問い合わせ

ふくい健康の森 けんこうスポーツセンター

〒910-3616 福井市真栗町47-47 ☎0776-98-8020 URL:<http://fkenkan.or.jp/>

公益財団法人 福井県健康管理協会

ふくい健康の森

検索