

## ～ピセラスポーツ～

# 『祝！令和元年 プレミアムな夏<sup>🍉</sup>開店！！』

今年もレベルアップを目的としたプライベートレッスン。少しでも苦手克服、さらなるレベルアップを目指しませんか？令和元年の夏に『ステップアップ！』させましょう(^^)v

そして、商標登録しました『足圧ストレッチ』の体験、資格取得、パーソナルトレーニングなど、今年も盛りだくさんです！



### ①各種目プライベートレッスン

(指導者 1 名に対し、生徒 1 名から 2 名迄の少人数レッスンです)

**種 目**…水泳、野球、苦手克服体操（鉄棒、縄跳び等）等。

**対 象** 幼稚園年中～成人（初心者～中級者対応） \* 1 名～お申込み可能です

**指導費** 1 指導（1 時間）会員 4,320 円（税込）～/会員外 5,400 円（税込）～  
(指導者レベル、移動交通費、指導会場、指導人数によって変動致します)

**詳 細** ご希望の指導日、時間、指導会場、指導者をご相談下さい。

### ②かけっこレボリューション！（プライベート、グループレッスン可）

秋の運動会に向けて、また、運動能力向上のために必要不可欠な、正しい走り方を覚えたい方へのレッスンです！（親子での受講も可能です！）

**日 時** 希望の日時をお伝え下さい

**対 象** 幼稚園年中～成人（初心者～中級者対応） \* 1 名～お申込み可能です

**会 場** ご指定下さい。（近隣公園、多目的広場 etc・・・）

**担 当** 笹木郁男（全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会 PFT）  
(日本ランニング協会認定 かけっこアドバイザー)

**費 用** 1 指導（50 分）お一人様の場合 5,400 円（税込）

\* グループレッスンの場合、一人当たりの指導費が割安になります。

### ③足圧ストレッチ（商標登録） 『足圧施術者へ向けての入門編！』

足圧ストレッチの良さをたくさんの方々を知って頂きたい…。

『目指せ！パパママトレーナー』の協会認定の資格講習企画。

『足圧』以外にも体の事をもっと詳しく、分かりやすく指導していきます。  
子供達のケア、自分自身の体のメンテナンスに是非、いかがでしょうか！

**日時** ご都合の良い日をお問い合わせの上、お申込み下さい

**会場** ご自宅、近隣施設、越谷なら笹木宅 etc・・・

**時間** ご相談下さい 各回定員 1～5名迄

**足圧体験** 爪先から大腿部迄の施術方法（お一人様 2H 10,800円）



\*OPEN トレーナーとしての、修了証をお渡し致します。

### ④短期パーソナルトレーニング 『カラダ改革への第1歩！』

『勇気を出したその1歩が、新しい自分との出会い、夢実現への足掛かりとなる…。』

今の自分を変えたいけど、どうトレーニングを始めたらいいのか・・・？

そんなお悩みに応えるべく、パーソナルトレーニングをオープン致します！

最初のきっかけ作りとして是非ご利用下さい。まずはお気軽にご相談下さいね☺

\*継続的に行う事も出来ます。また、SNSでの相談のやり取り、食事のアドバイスもさせていただきます。

**日時** ご都合の良い日をお問い合わせの上、お申込み下さい

**会場** お客様のご自宅、近隣施設、越谷なら笹木宅 etc・・・

**対象** 中学生以上

**担当** 笹木郁男（全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会 PFT）

（日本ファンクショナルトレーニング協会 TR）

（日本コアコンディショニング協会 ベーシックインストラクター）

（バネトレ®ベーシックインストラクター） 等

**内容** ダイエット、筋力アップ、カラダコーディネート、カラダアライメント

**費用** 初回 60分 会員 4,320円（税込）／準会員・会員外 5,400円（税込）

\*2回目以降のご予約、内容は、初回時に詳細をご説明させていただきます

\*最近の笹木、カラダ作りの為平成31年2月～TR、食事TR開始。今現在3カ月で-8kg。細マッチョ奮進中(^^)v

## 《合宿参加／プログラムの申し込み方法及び詳細》

**\* 合宿集合場所は、越谷市蒲生駅、世田谷区立総合運動場、都筑区中川駅等を予定です。**

【お申込み】 ピセラスポーツHPの、お申し込みフォームよりお願い致します。

**会員/Pスポ会員 5月27日(月) AM9時～ 会員外 6月3日(月) AM9時～**

【詳細】 合宿最少催行人数あり。お申込み、ご入金が完了された方には後日、合宿のしおりをお渡し致します。

【合宿費用お振込み先】 お申し込み後、後日ご連絡致します。

**\* 申し訳ございませんが、お振込み手数料はお客様のご負担にてお願い致します。**

【合宿キャンセル料】 旅行開始日から起算して 20～2日前…40% 前日…50%

当日出発前…80% 旅行開始後…100%

【プログラムキャンセル料】 ピセラスポーツHP上の、指導料金表をご覧頂きそれを適用致します。

お問合せ連絡先 株式会社ピセラスポーツ TEL 048-940-9757

FAX 048-985-2199

e-mail [sasaki@pisera-sport.com](mailto:sasaki@pisera-sport.com)