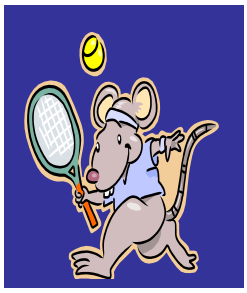
～ピセラスポーツ～

『２０２２　復活の夏？　成長の夏！！』

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。

そして、商標登録『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 4,400 円（税込）～／会員外 5,500 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～（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４，４００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に知って頂きたい…。
『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　11,000 円）

＊OPEN トレーナーとしての、修了証をお渡し致します。

④ボディメイク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、どう始めたらよいのか・・・？
そんなお悩みに応えるべく、『オンラインパーソナルトレーニング』をオープン致します！（オンラインで行う為、低価格でお試し頂けます）
最初のきっかけ作りとして是非、ご利用頂ければと思います！！
＊継続的に行う事も出来ます。また、ＳＮＳでのご相談もお受けさせて頂きます。

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　Zoom を利用したオンラインレッスン

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／SFT）
（日本ファンクショナルトレーニング協会　ＴＲ）
（日本能力教育促進協会　スポーツフードスペシャリスト）
（スポーツ医学検定 2 級）　他、資格多数

内　容　ダイエット、筋力アップ、ボディコーディネート、カラダアライメント

費　用　1 回 30／60 分　30 分 2,200 円（税込）・60 分　3,850 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頂きます

«プログラムの申し込み方法及び詳細»

【お申込み】　下記アドレスまでお問い合わせ、お申し込みをお願い致します。
sasaki@pisera-sport.com
①お名前　②携帯電話　③ご希望のプログラム　④希望日時（複数記載可）
受付開始日　６月 20 日（月）ＡＭ9 時～

【お振込み先】お申し込み後、後日ご連絡させて頂きます。
＊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。

【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
担当　笹木　090-2236-9649
e-mail　sasaki@pisera-sport.com