

アクアパーソナル

AQUA PERSONAL

アクアパーソナルとは

指導内容

- ・4泳法初心者～上級者
- ・海(トライアスロン・OWSなど)での泳ぎ方
- ・リハビリ用の水泳・水中運動
- ・肩・腰・膝・股関節などのストレッチ筋力トレーニング

¥ 料金

60min・・・¥22,000 (税込)

90min・・・¥33,000 (税込)

120min・・・¥44,000 (税込)

ご予約について

- ・完全予約制となります。
- ・フロントまたはお電話にてご予約を承ります。
- ・当日予約はできません。
- ・キャンセルは前日の21時までにお願ひ致します。
- ・それ以降のご連絡になりますとキャンセル料として全額負担となります。予めご了承ください。

トレーナー紹介



**BABA
HIROKI**
馬場 浩希

CAREERS

- ・スイム、水中運動レッスン 27年
- ・アクアビクス 21年
- ・パーソナルレッスン 19年
- ・スイムコアトレーニング 14年

BOOKS

- ・クロールがラクに泳げる！
ラクロール
- ・バタフライがラクに泳げる！
ラクフライ



QUALIFICATION

- ・一般社団法人日本スイミングクラブ協会
アクアフィットネス上級インストラクター
- ・公益財団法人日本スポーツ協会
公認水泳上級教師
- ・公益財団法人日本水泳連盟
オープンウォータースイミング指導員



CERULEAN TOWER TOKYU HOTEL