

エナジーライン(体軸)・コンディショニング

～新年もしっかりサポート致します～



14:00 OPEN!

1月14日(FRI)

1月28日(FRI)

2月2日(WED)

15:00 OPEN!

2月11日(FRI)

担当トレーナー ～当社トレーナーは全国のフィットネスクラブでスポーツトレーナー養成育成事業を展開しています。～



伊藤純哉

佐久間美奈

山本哲二

小林祐二

佐藤友樹

波多野麻美

シェイプアップ& ビューティー

「短期間で痩せたい!」「健康診断で体重を落とすように言われた」「メタボリックシンドローム」など、効率的に体重を落としたい方に痩せやすい身体を作り、さらにボディトリートメントを行う、最速 痩身コース。キレイな身体を引き出します。

スポーツ コンディショニング

基礎代謝を向上させることや、健康維持を目的とされる方の為のコース。
また、目的のスポーツ動作の筋力を向上させることや、パフォーマンスを上げる為の筋力も作っていきます。

ボディケア

姿勢を維持する筋肉が衰えると、身体の軸が崩れ障害や機能低下が起こります。
「機能低下」とは、関節や筋肉が果たすべき機能を果たせていない状態で、腰痛・肩凝りなどがその一例です。
機能低下している部位を、探し出し機能させるようにアプローチしていきます。

事前にお電話にてご予約をお願い致します。

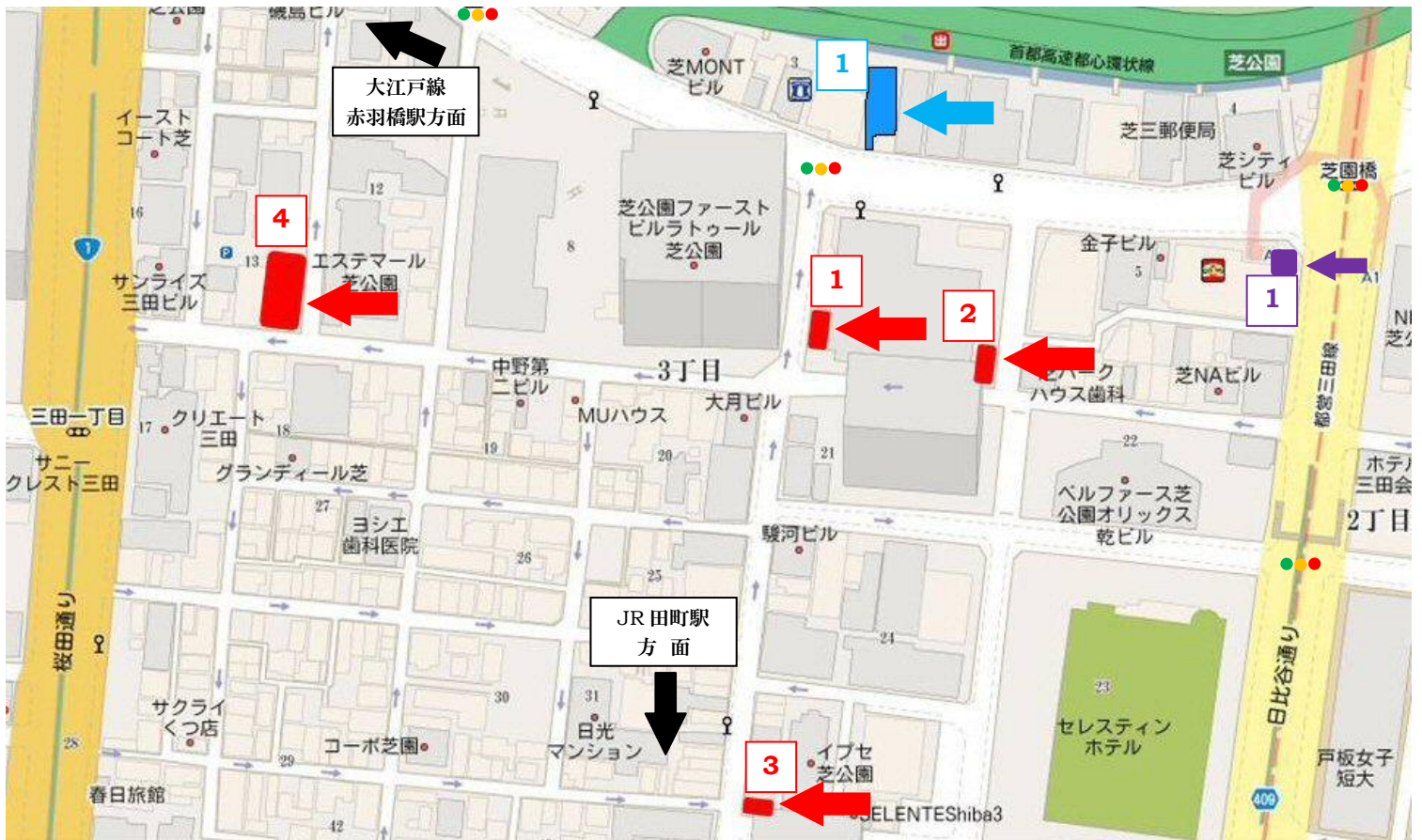
☎ 03-5484-7893

「ご予約方法 (お電話にて)」

1. 「エナジーライン」の予約!・・・とスタッフにお伝えください。
2. 「ご希望の日時」をお伝えください。
3. 「お名前 (フルネーム)」をお伝えください。
4. 「携帯電話番号」をお伝えください。(※ 緊急を要する場合以外で、当方よりお電話する事はございません)
5. 「空き状況」を確認し、その場でお返事させていただきます。

「持ち物のご案内」

1. 「動きやすい服装」(更衣室はご用意しております)



【目的地】

1. PROJECT-ON
コンディショニングラボ

【コインパーキング】

1. Space 02 台 徒歩 1 分
2. Space 04 台 徒歩 2 分
3. Space 04 台 徒歩 5 分
4. Space 10 台 徒歩 5 分

【最寄りの駅】

1. 都営三田線 芝公園駅
A2 出口 徒歩 2 分



【広域地図】 ※左記ご参照ください。

- 目的地
- 1. Mother's Tree
東京都港区芝 3-3-10 芝園オーシャンビル 7 階 JHCA 内
※建物奥のエレベーターをご利用ください。
- 駅
- 1. 都営三田線 芝公園駅 A2 出口より徒歩 2 分
- 2. 都営三田線 三田駅 A8/A10 より徒歩 7 分
- 3. 都営大江戸線 赤羽橋駅 赤羽橋出口より徒歩 5 分
- 4. JR 線 (山手線/京浜東北線) 田町駅 三田出口より徒歩 15 分
- 5. 都営大江戸線 大門駅
- 6. JR 線 浜松町駅 (山手線/京浜東北線)



株式会社 プロジェクト・オン —Mother's Tree—
 〒105-0014 東京都港区芝 3-3-10 芝園オーシャンビル 7 階 JHCA 内
 TEL03-5484-7893 E-MAIL info@project-on.jp
 FAX03-5730-6082 URL http://www.project-on.jp/