

2021年10月2日をもちまして、1周年を迎えます！！

栃木県佐野市にあるトレーニング施設

KCP Training LAB.

日頃の感謝を込めて
お得なキャンペーンを開催します！！

ありがとう **1st** 感謝祭！！

Anniversary

2021.10/1 (Fri) ▶ 10/30 (Sat)

—キャンペーン内容—

キャンペーン1

◆通常ボディーメイクプラン+血液検査&トレーニング+2回

¥179,300 → **¥148,500** (¥30,800円相当お得)

キャンペーン2

◆初回SOAP+パーソナルトレーニング8回券セット

¥59,350 → **¥50,000** (¥9,350円相当お得)

キャンペーン3

◆Yoga新規の方限定！初月割引

¥8,800 → **¥5,000** (¥3,000円お得)

詳細はチラシ裏面をご覧ください！！

パーソナルトレーニング

「動きを変え、習慣を変え、身体を変える」をコンセプトにスポーツ医科学に基づいたエクササイズを処方いたします。

人それぞれ目標や理想も違えば、身体も違います。同じトレーニングをして、全く同じ効果が出ることも限りません。

動きのクセや身体の使い方から柔軟姿勢など身体のチェックを行い、一人ひとりの目的や身体合ったトレーニングをご提供いたします。

ートレーニング実施の流れー

お問い合わせ

電話やメール、LINE等でお問合せください

パーソナルトレーニング体験

どのような雰囲気なのか、どんなトレーニングをしているかを体験していただけます

初回SOAP実施

動きのクセや身体の使い方、柔軟性や姿勢をチェックし、トレーニング方針を立てていきます。

初回SOAP実施

動きのクセや身体の使い方、柔軟性や姿勢をチェックし、トレーニング方針を立てていきます。

トレーニング(コース選択)

一人ひとりに合ったメニューをトレーナーとマンツーマンでトレーニングしていきます



体験プラン

施設の雰囲気や、トレーニングの流れを体験していただけます。



初回SOAP

動きのクセや身体の使い方、柔軟性や姿勢をチェックし、トレーニング方針を立てていきます。



トレーニング

一人ひとりに合ったメニューをトレーナーと1対1でトレーニングしていきます。

ボディーメイク

KCPのダイエット方法は運動・栄養を軸にダイエットに取り組んでいただけます。

普通のダイエットでは、一次的に痩せることはよくありますが、そこから維持できずにリバウンドしてしまう傾向が非常に多くっております。

KCPでは糖質制限も行わず、栄養学の原理原則に基づいたあなたにあった正しいダイエットプログラムをご提供させていただきます。

6ヶ月間 2ヶ月間 7つのサポートプラン

Plan1



初回SOAP

最適なトレーニングプラン作成のために、お身体の現状を評価します。

Plan2



栄養 カウンセリング

KCP版栄養の教科書を用いて、食事管理のポイントなどを指導します。

Plan3



パーソナル トレーニング (50分×8回)

初回SOAPの結果を基に、お一人おひとりの状態合ったトレーニングを1対1で実施します。

Plan4



食事管理

毎食の食事写真を送って頂き、正しく摂取を行っているかフィードバックします。

Plan5



血液検査

検査数値を参考に、それぞれの身体の状態合った栄養管理を行います。

Plan6



ホームワーク エクササイズ

ご自宅でも正しいトレーニングが行えるよう、動画付エクササイズシートをお渡します。

Yoga

アクティブな動作から呼吸、骨盤矯正など心身ともにしなやかに強いバランスのとれた身体づくりを行える内容を中心に実施します。



Yoga

ご予約はこちらから



Instagram



#kcpパーソナルトレーニング

ブログ



KCP ブログ

KCP LINE



パーソナルトレーニング

ご予約はこちらから



ABOUT KCP

株式会社 K-Conditioning & Performance

住所 〒327-0821 栃木県佐野市高萩町1315-7

営業時間 月～金曜日 13:00～21:00
土曜日 9:00～12:00

【日曜・祝日 休業日】

☎0283-22-1010

ホームページ



KCP 佐野市

