

～癒しの空間～



日本体育協会
アスレチックトレーナーが担当します。

～Menu～

- ・ **コンディショニングストレッチ**
Conditioning Stretch **60min / 8,700yen**
90min / 12,000yen
120min / 16,200yen
180min / 22,000yen
リラクゼーションを目的としたコースです。
“ほぐし”だけではなく、ストレッチを組み合わせた新感覚のリラクゼーションを行えます。
- ・ **トータルコンディショニング★**
Total Conditioning **90min / 15,000yen**
痛みや不調の原因を解明し、コンディショニングストレッチから改善トレーニングの指導まで行う手厚いコースです。
アスレチックトレーナーの直接指導が体験できます。
- ・ **スペシャルコンディショニング★**
Special Conditioning **180min / 35,700yen**
完全予約制
その方に合う最適なトレーニングメニューを作成・指導し、コンディショニングストレッチを行う全身改善メニューです。
自分のための贅沢な時間を体験いたしませんか？

～Menu～

- ・ **ヨガ&コンディショニングストレッチ** **90min / 13,000yen**
Yoga & Conditionstretch **完全予約制**

その方にあった優しいストレッチヨガを指導し、帰宅後も役立つ内容を提供いたします。
その後コンディショニングストレッチを行います。

- ・ **パーツコンディショニング** **30min / 5,400yen**
Parts Conditioning

上半身or下半身どちらかを選んで頂き、部分的な痛み、違和感などの改善を目的とした施術を行います。

- ・ **クイックアスリートケア** **1,100yen**
Quick Athlete Care

電気治療器での治療に加え、氷のうを貸し出しアイシングを行います。

オプションでATミニを貸し出しています。微弱電流を長時間使用していただけます。
鎮痛作用や組織修復に効果的です。

- ・ **出張揉みほぐし** **30min / 5,400yen**
Delivery Care **60min / 8,700yen**
90min / 12,000yen

※上記の内容は急遽変更する場合がございますので、ご了承ください。

※お支払いは現金払いのみとなります。(カード払い不可)
ただし、現金での部屋付けが可能となります。

★印は日本体育協会公認アスレティックトレーナー(JASA-AT)が担当致します。
JASA-ATとは日本のトレーナー資格の最高峰であり最難関の資格です。

コンディショニングルーム ビーグラン

受付時間 : 15時～24時 場所 : 2階
内線 : 221