

シェアトレ

パーソナルトレーナーの時間をシェアして
お得にトレーニング！！

パーソナルトレーニングを受けたい！
でも、もう少し安く受けたい！

そんな思いを実現したのがシェアトレです！！

FASTGYM24会員様限定

非会員価格 ~~3,000円~~ (税別) / 45分

2,550円 (税別) / 45分

※参考 通常パーソナルトレーニング6,000円～(税別)/45分

決済時に下記専用コードをご利用下さい

FG240038

**15%
OFF**

※このコードはFASTGYM24会員様のみ利用可能です。
確認を取らせて頂くこともございますのでご了承ください。
※何度でも、繰り返しお申込みご利用頂けます。
※他のコースでの使用は出来ません。

ご予約方法の詳細は裏面もしくは、マイトレーナーズまでお問合せ下さい。
お問合せ➡ ☎ 03-5404-4531 ✉ info@mytrainers.jp

通常のパーソナルトレーニングとの違い

通常のパーソナルトレーニング

1時間みっちり隣にトレーナーがついて指導してくれます。
マンツーマンでじっくり見て欲しい方はコチラ！

シェアトレ

参加者がそれぞれの場所で、トレーナーが指示した内容のトレーニングを行い、トレーナーが巡回してポイントやアドバイスしてくれます！
シェアすることで通常より安く受けることができます。

こんな人にオススメ！



CASE
1

メニューとフォームだけ見て欲しい



CASE
2

友達や夫婦で同じ時間で受けたい



CASE
3

効果的なトレーニング方法を覚えたい

都立大学店 スケジュール

3月10日(土)	3月17日(土)	3月24日(土)	3月31日(土)
9:00-9:45	9:00-9:45	9:00-9:45	9:00-9:45
9:15-10:00	9:15-10:00	9:15-10:00	9:15-10:00
9:30-10:15	9:30-10:15	9:30-10:15	9:30-10:15
10:45-11:30	10:45-11:30	10:45-11:30	10:45-11:30
11:00-11:45	11:00-11:45	11:00-11:45	11:00-11:45
11:15-12:00	11:15-12:00	11:15-12:00	11:15-12:00

※トレーニング開始の5分前にはストレッチスペースで各自ストレッチを行っておいてください。トレーナーが時間になったら声掛け致します。

担当トレーナー



渡辺 えつ子

資格

- ・NSCA-CPT
- ・NCAコンディショニングトレーナー
- ・カイロプラクター

医学部での勤務経験を生かした豊富な知識で、わかりやすく丁寧になりたい体になるお手伝いをします！

何をやっても痩せなかった方、個々に合ったトレーニングメニューで体が変わるのを実感してください。

予約は
コチラ



ORコードを
スキャン

コースを選び、
カレンダーから
希望日時を選んでください

ジム選択
→FG24
都立大学店を
選択

確認ページ
にて決済へ

カード情報を
記入後、確定

予約
完了

※予約後メッセージ機能で、細かなスタート時間をお伝えさせていただきます。