

BRIDAL DIET PLAN

入会金 ¥0

各プランキャッシュバックキャンペーン適用

挙式に向けて理想のスタイルに、
そして挙式後も維持できる理想のスタイルへ

デコルテ、二の腕、ウエスト、ヒップなどカウンセリングでドレスのラインや髪型、パーツなどをお伺いしながら、あなたが「求める自分」に向けて最適なトレーニングをプランニングします。



Standard plan

3 Months course ¥159,600

6 Months course ¥309,120

週2回
月8回

3ヶ月
24回

6ヶ月
48回

LINE等で食事の
アドバイスあり

Online plan

3 Months course ¥99,720

6 Months course ¥199,440

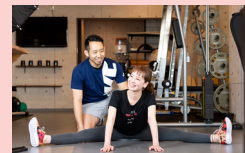
週2回
月8回

3ヶ月
24回

6ヶ月
48回

LINE等で食事の
アドバイスあり

※月8回の内2回は来館(身体の確認とトレーニング)



Trial plan

75min ¥3,000

トレーニングの流れ

- 初回
- ・カウンセリング：目標設定
- ・アセスメント：身体の状態確認
- ・食事等のアドバイス
- ・トレーニング体験75分3000円
(ご入会でキャッシュバック制度あり)



zig-kobe.net

Phone : 078-585-7905

Open : 9:00~21:00

〒650-0025 神戸市中央区相生町4-5-4

※時間以外でも対応させていただきますので、お問い合わせください。



zigkobe



PROFILE オーナー 文野 諭

Satoshi Bunno

高校を卒業後、様々な職場で働き、生きていく上で身体が資本であると思いついてこの業界へ。スポーツクラブ勤務や公共施設での運動指導を経て神戸のパーソナルトレーニングジムで3年半勤務、年間2000本以上のセッション担当。さらにあなたに合った、あなたのためのトレーニングジムを作りたいと思い2019年春に Personal Training Gym ZIGをオープン。