

プラン比較表

項目	チケット制プラン	通い放題プラン
こんな方におすすめ	・忙しい時期などがあり、自分のペースで無理なく通いたい方 ・自走しながらも、必要なときにサポートを受けたい方	・定期的に通って運動を習慣化したい方 ・ご自身だけでは運動習慣を継続することが難しい方
特徴	・必要な回数だけ利用できる ・忙しい時期でも自分のペースで継続できる ・一度に大きな支出を避けられる	・運動を習慣化しやすい ・月額固定で何度でも利用可能 ・通う回数が多いほど1回あたりの料金がお得 ・自動更新ではないため、1か月単位で継続・終了を選定可能
お支払い	・都度後払い ・セッション後、店頭にてお支払いいただきます。	・月額前払い ・ご利用開始前に、店頭にて契約期間1か月分の料金をお支払いいただきます。
注意点	・有効期限あり ・4回チケット:3カ月 ・8回チケット:6カ月	・ご利用は1日1回まで ・1か月単位での契約・更新 ・定員に達した場合は新規受付を停止する場合あり ・予約枠の公平な確保のため、同時にご予約いただけるのは1人につき3日分まで
サポート内容	・カウンセリング・目標設定 ・体組成・サイズ測定・ビフォーアフター撮影 ・トレーニングプログラムの設計 ・トレーニングメニューの提案・フォーム指導 ・食事・生活習慣のアドバイス ・トレーニング記録・身体の変化を分析・データ共有等のフィードバック ・定着・リバウンド防止に向けたアフターサポート	