



6つのプラン

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

初回SOAPの結果を基に、お1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。

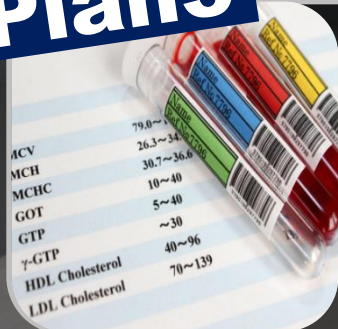
Plan4



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。

※検査費用別途

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。



— OPEN —

月～金 / 10:00～21:00
土 / 9:00～12:00

— CLOSE —

日曜・祝祭日

KCP HP



blog



株式会社 K-Conditioning&Performance

〒327-0821 栃木県佐野市高萩町1315-7

☎ 0283-22-1010