Lesson

マンツーマンレッスン（パーソナルトレーニング）

家で体感！美そうじマンツマーンレッスンとは？

美そうじの「掃除しながら誰でも簡単ダイエット」の基本となるコース料金・サポート内容を紹介します。
人生そのものをキレイに健康でイキイキするための理想の体型や目標体重を聞かせてください。
個別にプログラム内容をカスタマイズして、一人ひとりに合わせた美そうじ内容をオリジナルで考案します。
誰でもおうち時間を有効に活用し自宅で始められるので効果を体感しやすいのが特徴です。
まずは、お気軽に無料カウンセリングにお問い合わせください。

無料カウンセリングはどなたでも受けられます。

電話やメール・ＺＯＯＭでお気軽にカウンセリング！

Zoom の操作に詳しくないという方でも、インターネットに繋がったパソコンやスマホさえあれば、
ワンクリックで簡単にカウンセリングを受けられます。
もちろん電話やメールでも無料サポートいたしますのでお気軽にお問い合わせください！

こんな人が体験に参加しています。

「スポーツジムだと続かない・・・」「育児に追われて自分の時間がとれない」
「産前産後のケアが気になる」「在宅ワークで太ってきちゃった・・・」など
上記にあてはまる方には、自宅で美そうじマンツーマンレッスンが受けられる
” オンライン式パーソナルトレーニング” がオススメです。
ジムに通うよりも断然お得！いつでもお気軽に思い立ったときに始められます。

産後太り解消
2 週間で -1.5kg ！！
30 代Mさん

コロナ太り解消
1 ヶ月 -3kg はけなかったレギンスはけた！
20 代Ｔさん

たるみ太り解消
服のサイズが 11 号→9 号
40 代Ｔさん

「除機がけもちゃんと痩せるんです」

掃除機がけと言われても「大変」「腕が疲れそう」と思う人も多いかと思います。
厚生労働省の指標だと身体の動きを伴うスポーツ観戦＝掃除機がけに相当するようです。
美そうじの掃除機がけは、掃除機本体を持ち上げて掃除機がけするので、もっともっと効果的
筋トレみたいと大好評!! 男性もびっくりされます！

一生ものの、痩せ体質へ。サポート内容

週１回の美そうじ パーソナルトレーニング

週 1 回 30 分のマンツーマンレッスンに加え、無理なく進められるよう体調なども把握した上で進めます。

トレーニング毎の ヒアリング

トレーニングで感じている実感や不安などお伺いします。気になる点は何でもトレーナーにご相談ください。

貴方にあわせて カスタマイズ

スタート後の進行具合にあわせ何度でもカリキュラムの改善を行い、ベストな状態で効果がだせるようサポートします。

美そうじ体感 チェックシート

美そうじ体感できるようにグラフで数値化し目標の目安に到達できるよう、美そうじコンサルタントがチェックします！

全額返金制度あり※

ダイエットにお悩みの方が安心してダイエットの第一歩を踏み出せるように「全額返金制度」を導入しております。

全額返金条件は、以下の３つを全て満たすこと
(1) 全額返金の申請を初回美そうじマンツーマンレッスンから起算して３０日以内にされること
(2) 日時の予約変更を３回以上されていないこと
(3) 美そうじの無断欠席、オンラインサポートの予定日時から２４時間以内での予約変更又は予約キャンセルのいずれもされていないこと

※全額返金制度を利用された方は、当協会のサービスは一切利用できません。
※全額返金制度を利用された方は、今後のご利用はお断りさせていただきます。
※詳細はコース申し込み時にお渡しする別紙利用規約・免責事項の返金規約をご確認ください。

お問い合わせページから予約できます

まずはお気軽に、無料カウンセリングをお試しください！
メールフォームから無料カウンセリングの予約が出来ます。
お急ぎの場合は、お電話でも受け付けています！

TEL:03-6860-8478

料金表

無料カウンセリング以降の各コースの料金表です。初回カウンセリングは単体でも行えます。継続コース、毎月しっかりコースは最初に初回カウンセリングを受けていただきます。
※料金のお支払いは、開始前の一定期間内（7 日間）となりますので予めご了承ください。
※料金は別途税金です、また訪問カウンセリングは交通費が別途必要です。

Point 1 貴方の体型を美しく変えます！

①初回カウンセリング (訪問カウンセリング or オンラインカウンセリングか選択）
初回カウンセリング 60 分／ 10,000 円
90 分／ 15,000 円

生活習慣を見直すだけで , グンとダイエットの成功率が上がります。貴方の生活習慣を聞いて 1 日の美そうじメニューを一緒に作り上げます。的確なアドバイスで分かりやすく、自分自身で取り組みやすい美そうじメニューです。

※オンラインカウンセリングの場合は、ZOOM もしくは各種 SNS で対応できます。
その際は交通費は不要です。

Point 2 無理なくしっかり結果を出す！

②継続コース
月額 15,000 円

週に 1 回、ZOOM や SNS 等で身体の動きをチェックを実施します。体重グラフ等から効果的な美そうじのアドバイスをします。週に 1 回のチェックを美そうじコンサルタントが行うため、美そうじメニューが自分自身で取り組みやすいコースになっています。1 人で行うより、悩みも解決しやすいため、より効果的な美そうじを継続できます。

美そうじコンサルタントが貴方の身体づくりを徹底サポート！

③毎日しっかりコース【フルサポート】
3 ヶ月／ 300,000 円

美と健康を手に入れたいあなた。どうしても痩せられなかった貴方。家が散らかり、放題汚部屋状態で途方にくれている貴方・・・。
貴方の悩みを美そうじコンサルタントが 3 ヶ月かけてフルサポートします！！
二人三脚でサポートしていくため、美そうじの成果を毎日 SNS で報告して頂き、身体の動きが正確にできるように、zoom や、各種 sns にてサポート＆アドバイスを致します。希望者には月に一度訪問カウンセリングを行い、対面で直接アドバイスを実施します。
それを着実に身につけて頂き、無理なくスムーズに習慣化できるよう、一緒に目指します。

※現在新型コロナ対策のため、訪問カウンセリングは控えさせていただいてます。代替えにＺＯＯＭなどで顔を見ながらオンライン面談を行っています。段階的に調整しますのでご相談ください。

お問い合わせページから予約できます

まずはお気軽に、無料カウンセリングをお試しください！
メールフォームから無料カウンセリングの予約が出来ます。
お急ぎの場合は、お電話でも受け付けています！

TEL:03-6860-8478

整理収納・おそうじのプロが伝える 美そうじダイエット
MAMI SEITA OFFICIAL WEBSITE
TEL: 03-6860-8478
電話での受付時間：10:00〜17:00（平日）
MAIL info@bisouji.com

Copyright © 2018 美そうじ ® コンサルタント　清田真未（せいたまみ）オフィシャル WEB サイト .