

# 日本初！ コアストレッチ ウォーキング専門ジム 十坪ジムパーソナル for Walking

一生ものの正しい歩き方をマスターできる  
パーソナルウォーキングジム

東京大学小林寛道名誉教授開発の  
認知動作型トレーニングマシンを使ったトレーニング、  
歩行測定機器を使用する、全く新しいウォーキングジム



住所：東京都世田谷区用賀2-36-12 滝本ビル3F(十坪ジム用賀内)

アクセス：東急田園都市線 用賀駅 徒歩1分

料金：77,000円(税込) 全8回コース 1トレーニング/1時間

体験：11,000円(税込) ※入会した場合会費に充当

営業日：毎週水曜日

お問い合わせはこちら

<https://kenshingym.jp>

電話 03-3420-0855(十坪ジム経堂)

# 一般的なウォーキング教室と 十坪ジムパーソナルfor Walkingの違い

違い	一般的な ウォーキング教室	十坪ジム パーソナル for Walking
場所	公園などの屋外で行うため天候に左右される	ジムで行うため 天候不良でも安心
レッスン方法	5~10人の グループレッスン	1対1のパーソナル指導
ウォーキング種別	協会認定の民間資格	東京大学 小林寛道名誉教授 が開発のした コアストレッチウォーキング
マシントレーニング	なし	あり (認知動作型トレーニングマシン)
歩行測定	なし	あり (測定機器を使用)

