

# トータルゴルフフィットネス

ゴルファーのための  
トレーニングも!

ゴルフレッスンだけでなく、フィットネスジムも併設し、筋力、柔軟性アップなど、専門のトレーナーがゴルファーのための身体づくりまでトータルでサポートしてくれる。ゴルフヨガやピラティスなど、女性におすすめのプログラムも多数。

## School Data



東京都新宿区四谷4-25

☎03-3354-1551

●営業時間 9:00~21:30(土日祝10:00~20:30)

●定休日 なし

●打席数 5

<http://www.tg-fitness.net>

新宿御苑



ゴルフレンジは全5打席で、マンツーマンレッスンが基本。／鍼灸整骨院や酸素カプセルも併設され、身体のケアも万全。



トレーニングマシンが置かれたジムエリアでは、様々なプログラムを用意。