

# POWER HALF-HOUR

30-MINUTE PERFORMANCE COACHING  
ONLINE OR IN-PERSON

PERFORMANCE. CONTINUITY. RESULTS.  
BUILT FOR HIGH PERFORMERS.

## ONLINE



**REMOTE RESOLVE**  
VIRTUAL EXECUTIVE COACHING  
Train anywhere. Stay consistent.  
Perfect for travel and busy schedules.

SINGLE SESSION  
**JPY 6,000** / 30 MIN

4 SESSIONS  
**JPY 22,000**  
Valid for 60 days

8 SESSIONS  
**JPY 40,000**  
Valid for 90 days

## IN-PERSON



**STUDIO EXPRESS**  
EBISU PRIVATE STUDIO  
Focused, data-informed coaching  
in our premium private studio.

SINGLE SESSION  
**JPY 8,500** / 30 MIN

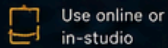
4 SESSIONS  
**JPY 31,000**  
Valid for 60 days

8 SESSIONS  
**JPY 58,000**  
Valid for 90 days



**EXECUTIVE HYBRID PACK**  
ONLINE + IN-PERSON FLEXIBLE SESSIONS  
Use any combination to fit your schedule.

10 SESSIONS  
**JPY 88,000**  
Valid for 90 days



Use online or  
in-studio



Priority  
scheduling



Travel continuity  
support



Accountability  
& coaching



INTRODUCTORY SESSION FEE CREDITED  
TOWARD SAME-DAY MEMBERSHIP ENROLLMENT.

## WHY EXECUTIVES CHOOSE THE POWER HALF-HOUR



**MAXIMIZE YOUR TIME**  
30 minutes of focused,  
strategic coaching.



**MEASURABLE RESULTS**  
Performance tracking  
and personalized plans.



**PRIVATE & EXCLUSIVE**  
Boutique studio in Ebisu.  
By appointment only.



**TRAIN ANYWHERE**  
Stay consistent wherever  
your work takes you.

## SERVICES & PRICING

BOUTIQUE PERSONAL TRAINING STUDIO • EBISU, TOKYO  
Performance Infrastructure for the Global Executive & Community

INITIAL PERFORMANCE ASSESSMENT  
& PROGRAM DESIGN

**JPY 55,000**

A full diagnostic of biomechanics,  
metabolic markers, and  
objective goal-setting.

REQUIRED FOR  
NEW MEMBERS

## EXECUTIVE MEMBERSHIPS — PRIVATE STUDIO • EBISU

OPTION 1  
ESSENTIAL CONTINUITY  
**JPY 180,000** / Month

- 4 In-Person Sessions / Month
- Full remote programming for independent training days
- Built-in 30-day session rollover
- Access to all Resolve Outdoor Group Events

**MOST POPULAR**  
OPTION 2  
PERFORMANCE PRIORITY  
**JPY 260,000** / Month

- 8 In-Person Sessions / Month
- Travel-adjusted programming — global access
- Unlimited "Power Half Hour" express coaching
- Priority Booking & VIP Outdoor Event access

OPTION 3  
FULL EXECUTIVE ACCESS  
**JPY 380,000** / Month

- 12 In-Person Sessions / Month
- Dedicated WhatsApp / Signal priority channel
- Concierge scheduling + unlimited Power Half Hour
- Unlimited Outdoor Events + 1 Guest Pass / event

## THE RESOLVE ECOSYSTEM:

All memberships include community access and high-efficiency tuning via "The Power Half Hour." Training continuity is protected under our global rollover structure — your programme travels with you.

## COMMUNITY & GROUP SERVICES



**STUDIO DROP-IN**  
JPY 11,000 / Session  
First-time guests only.  
Fee waived upon same-day membership enrollment.



**OUTDOOR GROUP EVENTS**  
(NEARBY PARKS)  
From JPY 3,300  
Build community.  
Train outdoors.  
Stay accountable.



**ENGLISH LANGUAGE SERVICES**  
Complimentary communication without barriers.

RESOLVE FITNESS & TRAINING CENTER • EBISU, TOKYO  
GETRESOLVE.ORG | INFO@GETRESOLVE.ORG

## サービス & 料金

プライベート・パーソナルトレーニングスタジオ・恵比寿・東京

新会員様  
必須

初回パフォーマンスアセスメント & プログラムデザイン | **¥55,000**

バイオメカニクス、代謝マーカー、目標設定を総合的に分析します。

人気No.1

オプション1  
エッセンシャル継続プラン  
**¥180,000** / 月

- 月4回のスタジオセッション
- 自主トレーニング日のリモートプログラム
- 30日間のセッション継続
- 全てのアウトドアイベント参加可能

オプション2  
パフォーマンス優先プラン  
**¥260,000** / 月

- 月8回のスタジオセッション
- グローバル対応のトラベル調整プログラム
- 無制限の「パワーハーフアワー」
- 優先予約 & VIPイベントアクセス

オプション3  
フルエグゼクティブプラン  
**¥380,000** / 月

- 月12回のスタジオセッション
- 専用WhatsApp / Signalサポート
- コンシェルジュスケジュールリング
- アウトドアイベント無制限 + ゲストパス1枚 / イベント



スタジオ・ドロップイン  
¥11,000 / 回  
初回のお客様限定。  
当日入金で料金をキャッシュバック。



アウトドア・グループイベント (近隣公園)  
¥3,300~  
コミュニティを築く。アウトドアで鍛える。継続する。



英語対応サービス  
無料  
言語の壁なく、安心してご利用いただけます。