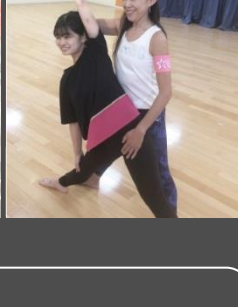
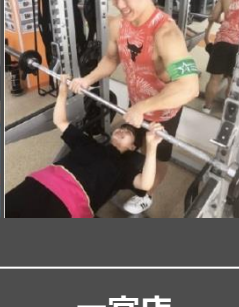




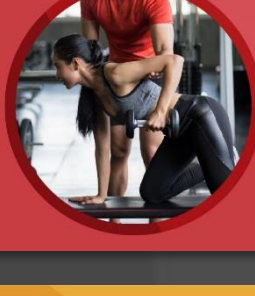
あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



一宮店

開催コース & トレーナー紹介



パーソナル トレーニング

ボディメイク

筋肉量 UP

体力向上



パーソナル ストレッチ

疲労回復

柔軟性UP

運動効果UP



パーソナルトレーニング 痩せる 専門 コース

くびれ

数値改善

サイズダウン



パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ

1回-のチケット制・回数券がお得！

¥

料金について

Price

トレーナー紹介



堀場 公二

Koji
Horiba

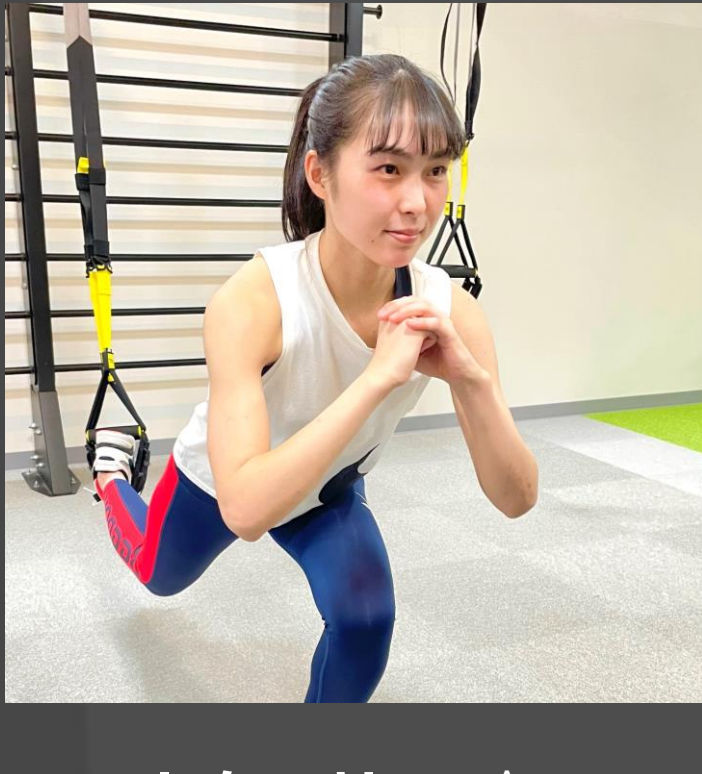
ダイエット・筋トレのサポートから
ダンス指導まで私にお任せくださ
い！店舗一の経験と実績でお客様
の様々なご要望にお応えします。
お客様の『なりたい』を叶える
サポートをお約束します！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 16年
- ◇ ダンス歴 22年
- ◇ NSCAトレーニング検定2級
- ◇ 食生活アドバイザー3級

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルダンス



中島 梓

Azusa
Nakashima

お客様と「ここが変わったよ！」とお話できることが楽しく、喜びにもなります。皆様の目指すボディに近づけるきっかけになるトレーニングのサポートをお約束します！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ NSCAジャパン
トレーニング検定3級
- ◇ JDAC認定ダンス指導員2級

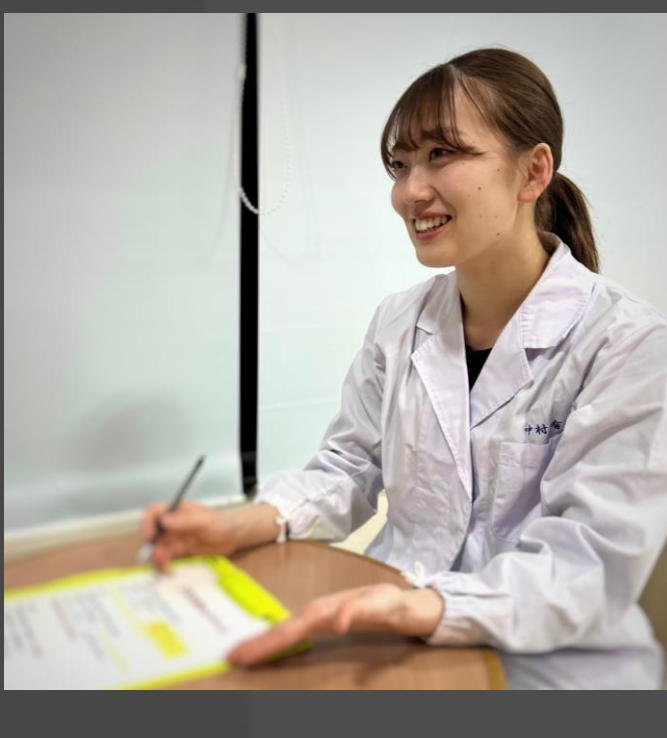
担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ



店長メッセージ

自身のトレーニング経験を活かし身体づくりのサポートをします。女性らしいスタイルを目指したい方、ぜひ中島にご相談ください！



中村 有希

Yuki
Nakamura

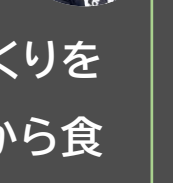
楽しく、なりたい自分を目指す！をモットーに、運動はもちろん、食事からも皆様の健康づくりを全力サポート致します！是非一度ご相談下さい！

私の強み

- ◇ 管理栄養士
- ◇ フードスペシャリスト
- ◇ ダンス歴13年

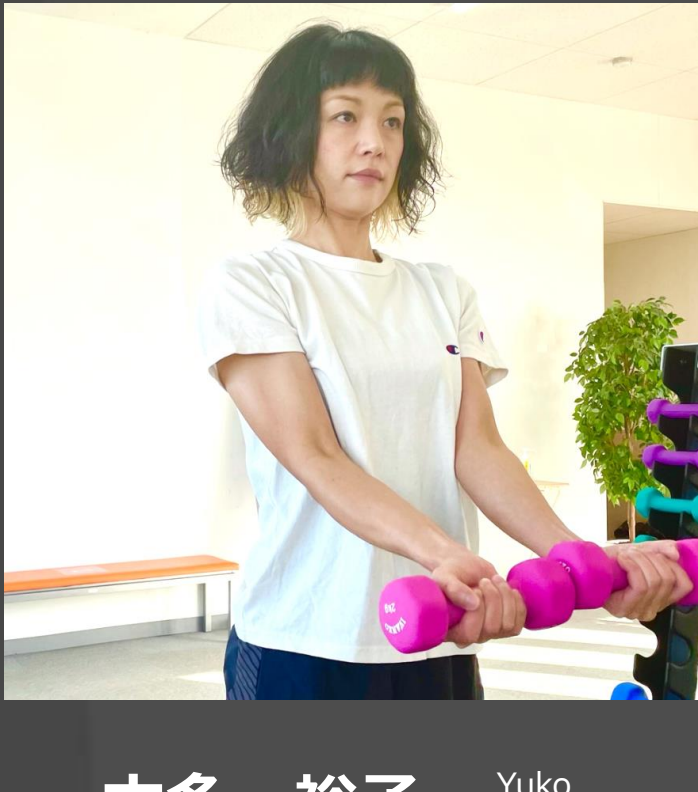
担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルダンス



店長メッセージ

身体の内側から健康づくりをサポートします！運動から食事まで、ぜひ中村にご相談ください！



本多 裕子

Yuko
Honda

お1人お1人のご要望によりそい、
終わった後に、やってよかった！
またやりたい！と思っていただける
内容を提供します。私本多が
全力でサポートさせていただきます！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 8年
- ◇ リンパマッサージ施術歴5年

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



身体づくりや身体のケア、
美容などにも精通していま
す。女性の悩み、一度本多に
相談してみてもいかがでしょ
うか？



阿部 真理子

Mariko
Abe

「変わりたい」「ステップアップした
い」そう思った今が変われるチャン
スです！そのチャンスを全力でサ
ポートさせていただきます。新たな自分
に向かって一緒に頑張りましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ トレーニング歴 5年

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



身体の悩み、トレーニングの
悩み、様々な悩みに親身に
なってサポートいたします。
ぜひ一度、阿部にご相談くだ
さい！



原 幸子

Yukiko
Hara

現在、自身も3度目の産後ダイエットに挑戦中です。怪我の予防をしたい方、スポーツパフォーマンスを向上したい方、あなたの身体を変えるお手伝いを致します！

私の強み

- ◇ トレーニング歴 12年
- ◇ バスケットボールコーチ歴4年
プレイヤー歴30年
- ◇ フェイシャルエステ及び
ハンドマッサージセラピスト歴5年

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ

自身のスポーツトレーニング経験、産後減量成功経験をいかし、お客様の気持ち・悩みに寄り添ったサポートを致します。



予約サイトはこちら

