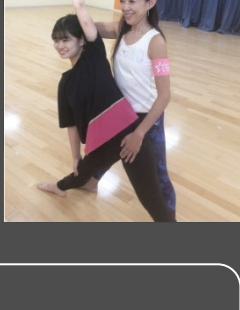
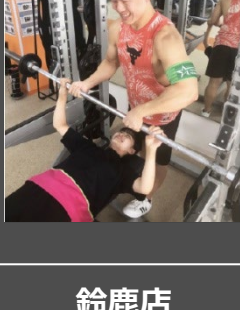




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



鈴鹿店

開催コース & トレーナー紹介

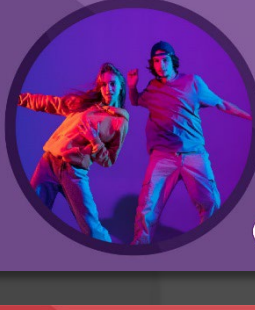


パーソナル ストレッチ

疲労回復

柔軟性UP

運動効果UP

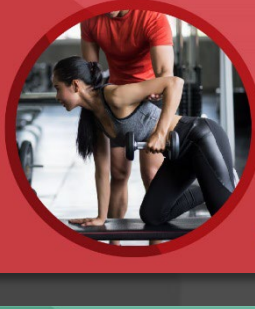


パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ



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

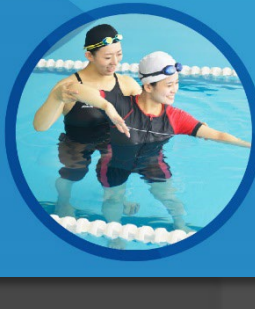


パーソナル ヨガ

正しい姿勢

深い呼吸

集中力向上



パーソナル スイミング

水慣れ

息継ぎ

フォームの修正



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

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



田邊 靖貴

Yasuki
Tanabe

あなたが思い浮かべる理想の身体
を手に入れる為に全力でサポート
いたします。

私と一緒に楽しく運動して理想の
身体をGETしよう！！

私の強み

- ◇ トレーニング検定 2 級
- ◇ AFAA PC
- ◇ トレーニング歴15年
- ◇ 水泳指導歴15年
- ◇ 4泳法習得

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
- ☆ パーソナルスイミング
- ☆ 痩せる専門コース



松尾 幸枝

Sachie Matsuo

豊富な経験と知識で皆様をバックアップ！性格や生活リズムに合わせたご提案をして、目的達成に導きます！

どんなことでもまずは松尾に相談してください！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 25年
- ◇ ダンス歴（HIPHOP他）15年
- ◇ 店舗NO1パーソナル実績
- ◇ 全コース担当可能
- ◇ 保有資格多種多彩

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
- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ パーソナルスイミング
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



自身のトレーニングで得た知識と経験をもとに個々に寄り添ったトレーニングを信条としています！やる事に困った時は松尾まで！



小林 大士

Hiroshi Kobayashi

トレーニングの楽しさを知り自身の体も変えられました！その経験から、皆様に合ったサポートをご案内します。

私の強み

- ◇ RiSOBOスコア 80
- ◇ 剣道県大会 団体戦3位
個人戦3位

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



老若男女、年齢問わず普段かの接客はとても優しい！トレーニングの楽しさを知った彼が皆様の健康をサポートします。



伊藤 琴音 Kotone Ito

女性は筋トレ、男性は有酸素で身体を引き締める！幼少期からスポーツ女子として生きてきた私が、スポーツ専門学校で学んできた知識をお伝えします！

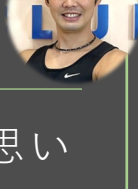
私の強み

- ◇ ホリデイ認定トレーナー
- ◇ 球技歴 9年
(バスケ・ハンドボール)
- ◇ 24km クロスカントリー大会
女子部門 1位 (高校)

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
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



元気で明るく、相手を思いやったご案内ができます！
結果を出すためにアメとムチを使い分け皆さんのやる気を引き出します！



友井 美保 Miho Tomoi

● 痩せにくくなった

● 体脂肪が減らない

あなたのお悩みを解消する、あ

なたのためのトレーニングをサ

ポート！

私と一緒に、心も体もすっきり

させていきましょう！

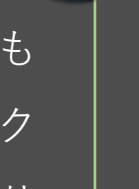
私の強み

- ◇ 健康運動指導士
- ◇ ひめトレ講座担当
- ◇ 「フィットネスフラサークル」開催

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
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



鈴鹿店オープン時から今もなお人気のインストラクター。信頼も厚く、わかりやすい・丁寧な指導に定評があります！



中村 愛

Ai
Nakamura

皆さんとのコミュニケーションを大切に、楽しく会話しながら指導いたします！

身体のお悩み等、お気軽にご相談ください。

私の強み

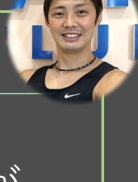
- ◇ 基礎水泳指導員資格保有
- ◇ スイミングスクール指導経験あり
- ◇ 細かく丁寧な指導

担当可能コース

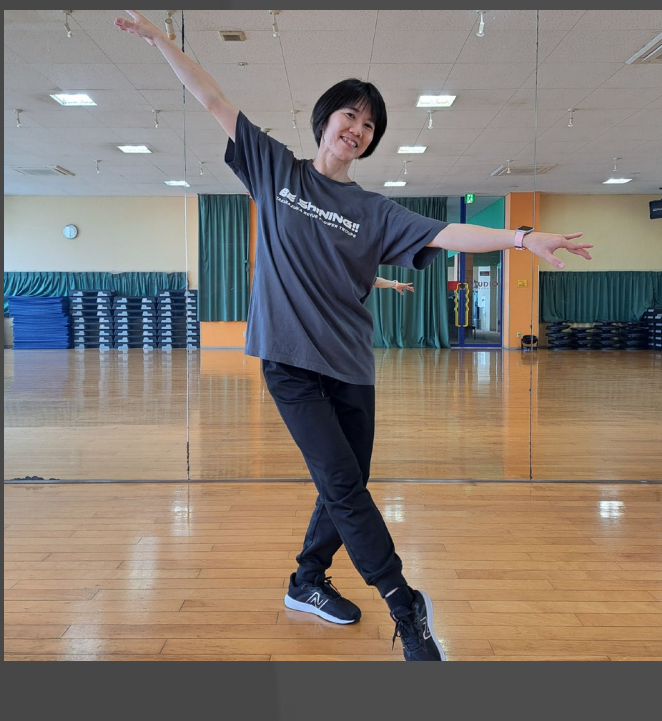
☆ パーソナルストレッチ

☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ



コミュニケーション能力が高く、会員様からの質問や相談によく乗ってくれています。信頼度の高いスタッフです！



大矢 碧

Midori
Ooya

明るく、元気に、笑顔で！

皆様のしなやかな身体作りをお手伝いします。

お気軽にご相談ください！

私の強み

- ◇ ジャズダンス歴27年
- ◇ クラシックバレエ歴8年
- ◇ タップダンス歴3年
- ◇ ミュージカルスクールにてジャズダンス指導経験あり

担当可能コース

- ☆ 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



親切で丁寧な指導をする安心トレーナーです。

指導経験も豊富で、あなたのお悩みを解決してくれます。



田嶋 柊太

Shuta
Tajima

力強くあふれるエネルギーで皆様に最高のパフォーマンスを発揮していただく為に、ご案内していきます！

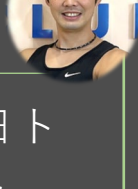
私の強み

- ◇ ボクシング 11年
 - ◇ キックボクシング 2年
 - ◇ 柔道 2年
- 高校インターハイ ボクシングの部
全国大会ベスト16
- 国民体育大会 ボクシングの部
東海大会優勝

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルトレーニング

店長メッセージ



力強く熱い男です。毎日トレーニングに励んでおり、磨きをかけております。
成果を出したい方は田嶋と一緒にトレーニングしませんか？



油田 直美

Naomi
Yuda

パーソナルトレーナーとしての実績や今までの経験を活かし目的達成に向けて指導していきます！

私の強み

- ◇ パーソナルトレーナー歴13年
- ◇ ヨガ指導歴 16年
- ◇ フルマラソン歴26年
- ◇ マラソンクリニック講座 担当

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
- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



パーソナルトレーナーとしても活躍されているので、信頼度はNO1！経験を活かして皆様のご要望にお応えできると思います！



中浜 亜希子 Akiko Nakahama

トレーニング方法や食生活を見直して、筋力UPやシェイプアップをするだけではなく、しなやかで強い、元気に過ごせる身体をつくっていきましょう！

私の強み

- ◇ 10キロの減量に成功
- ◇ ヨガ指導歴21年

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



経験豊富で丁寧かつ明確な指導に定評があります！
専門知識をふんだんに取り入れたアドバイスが楽しみになること間違いなしです！

予約サイトはこちら

