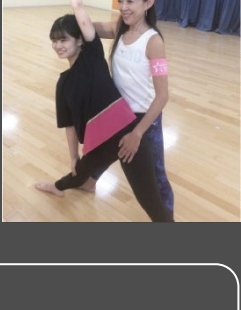
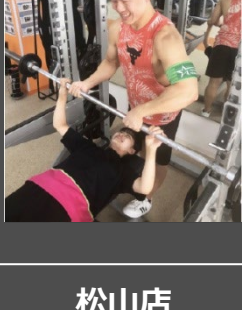
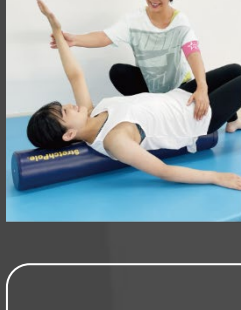




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



松山店

開催コース & トレーナー紹介

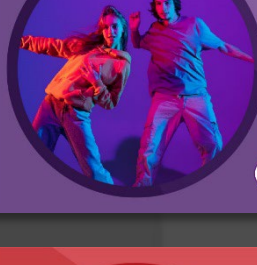


パーソナル ストレッチ

疲労回復

柔軟性UP

運動効果UP

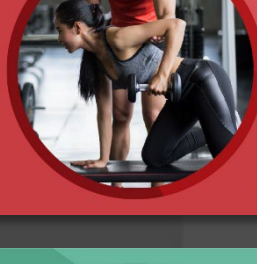


パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ

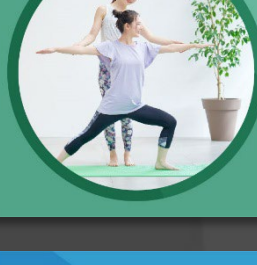


パーソナル トレーニング

ボディメイク

筋肉量UP

体力向上

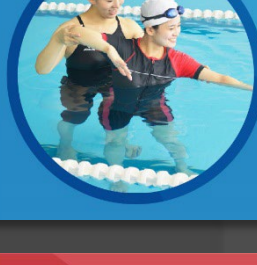


パーソナル ヨガ

正しい姿勢

深い呼吸

集中力向上

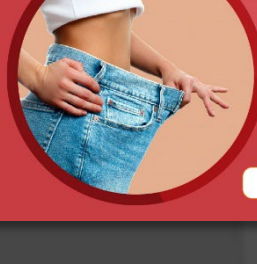


パーソナル スイミング

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



辻井 直也

Naoya
Tsujii

今まで、多くの方のトレーニングサポートを行ってきました。カラダが変わることによってその人の心や人生が変わります。是非、私と一緒に目標を達成させましょう！！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 20年
- ◇ スポーツの専門学校を卒業
- ◇ 4泳法習得、水泳指導歴17年
- ◇ 100名以上のパーソナルトレーニングを担当

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナル痩せる専門
- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルスイミング



百瀬 直斗

Naoto Momose

学生時代はバスケットボールに打ち込み、動くことはもちろん、身体のケアにも注力しました。その経験を活かし、身体のケア、メンテナンスの重要性をお伝えします。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 5年
- ◇ トレーニング歴 8年
- ◇ 健康運動実践指導者
- ◇ スポーツ専門学校を卒業

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナル痩せる専門
- ☆ パーソナルストレッチ



店長メッセージ

百瀬自身、身体のケアやメンテナンスは日頃より実践しております。ダイエットから身体の不調、悩みまで気軽にご相談ください。



藤井 綾菜

Ayana Fujii

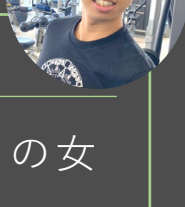
10年間、陸上競技を続け、トレーニング方法や身体作りには自信があります。私自身、ダイエットの経験もあるので、困ったことなどお気軽にご相談ください♪

私の強み

- ◇ トレーナー歴 3年
- ◇ トレーニング歴 8年
- ◇ 健康運動指導士
- ◇ 健康運動実践指導者

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナル痩せる専門
- ☆ パーソナルストレッチ



店長メッセージ

専門知識も豊富で多くの女性会員様より支持されております！元気の良さも店舗1番のトレーナーに是非、ご相談ください！



岩崎 オリエ Ori Iwasaki

ヨガスタジオにて現在も指導を行っており、様々なヨガを行うことができます。自身のトレーニング歴も長くたくさんの経験からお客様をサポートできます。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ RYT200

担当可能コース

- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ パーソナル痩せる専門



店長メッセージ

様々なトレーニング経験から皆様をサポートできます。ヨガでは豊富な知識があり、ご相談いただければ、やりたいことも見つかるはず！



平川 美有 Miyu Hirakawa

幼い頃から運動が好きで器械体操やスケート、ダンス、バトミントンなど幅広く経験してきました。様々な経験を活かして楽しみながらサポートさせていただきます。

私の強み

- ◇ ダンス歴 7年
girls hip-hop/jazz hip-hop
- ◇ JADPヨガインストラクター
- ◇ アロマセラピー検定1級

担当可能コース

- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルヨガ



店長メッセージ

ダンスを得意としています。が、それ以外にも様々な勉強をして知識は豊富です。会員様にも寄り添って指導できるトレーナーです！



田野 志門

Shimon
Tano

体脂肪率1桁をキープしながらも筋肉量を上げる事ができ、トレーニングに関しては日々勉強し、吸収しています。私と一緒に理想の体を目指していきましょう。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 3年
- ◇ トレーニング歴 5年
- ◇ 体脂肪率 8.9%

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナル痩せる専門

店長メッセージ

日々、トレーニングを行い新しいものを常に吸収しております。自身の経験を元に初心者の方にも丁寧にサポートしていきます。



予約サイトはこちら

