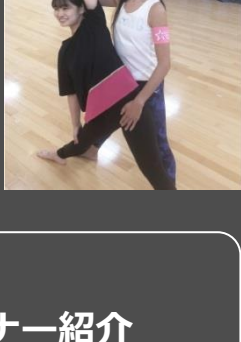
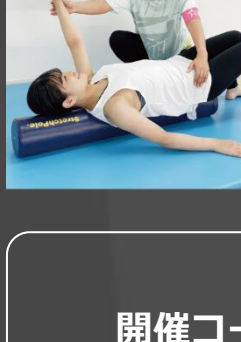




あなたの「なりたい」を叶える。

## PERSONAL TRAINING



沼津店

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 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



寺島 広大

Kodai  
Terashima

自分のトレーニング知識とこれまでのパーソナルトレーニング担当実績を活かし目標達成を出来る様に全力でサポートします！  
結果は必ずついてくる！

### 私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ トレーニング歴 6年
- ◇ JATI-ATI
- ◇ パーソナルトレーニング  
実施回数累計100回以上

### 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
- ☆ 痩せる専門コース



## 佐々木 奏穂 Kanaho Sasaki

皆様が効果が実感できた！  
トレーニングって楽しい！  
と感じる事ができるよう私が貴方をサポートしていきます！新たな自分を一緒に見つけましょう！

### 私の強み

◇トレーナー歴 4年

◇水泳指導 3年

### 担当可能コース

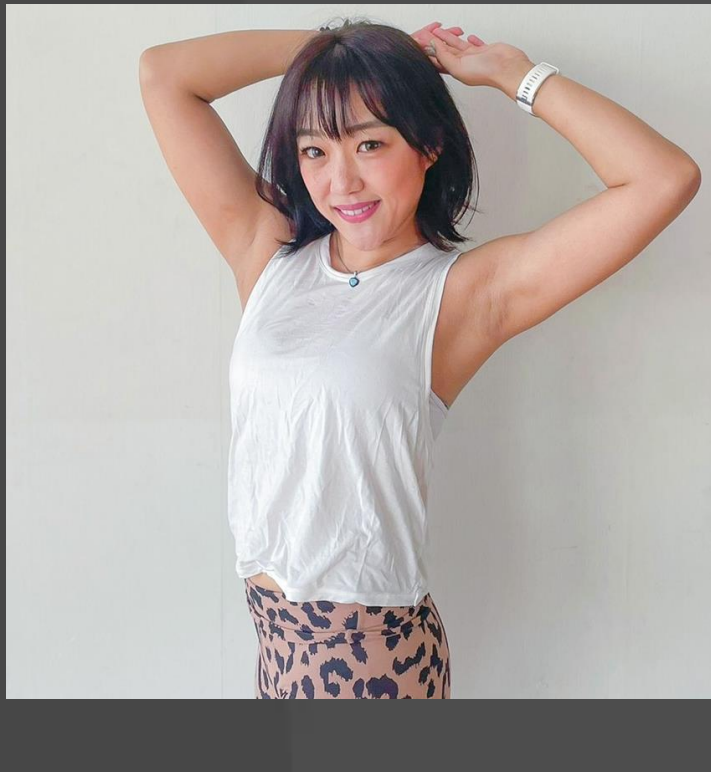
☆ パーソナルストレッチ

☆ パーソナルスイミング

### 店長メッセージ



ストレッチポールでのストレッチ  
担当経験もあり癒しの時間を提供  
できます。スイミングレッスンでは  
泳ぎ方の改善、長時間泳ぎ方など  
幅広くサポートできます！



## 神田 明奈 Akina Kanda

目標に合わせ根気強くサポート致します。

数値を変えるだけのダイエットではなく、逞しいカラダ作りを目標とするトレーニングを目指します。

### 私の強み

◇トレーナー歴10年以上

◇パーソナル実績多数

◇リピーター多数

◇IGFI

### 担当可能コース

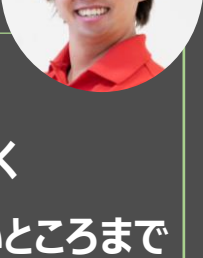
☆ パーソナルストレッチ

☆ パーソナルトレーニング

☆ パーソナルヨガ

☆ 痩せる専門コース

### 店長メッセージ



トレーニングはもちろん  
トレーナーとしての歴も長く  
知識も豊富なので細かいところまで  
指導できます。女性ならではの  
悩みも解決してくれます！

予約サイトはこちら

