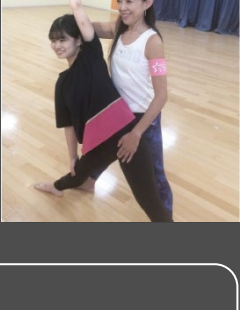
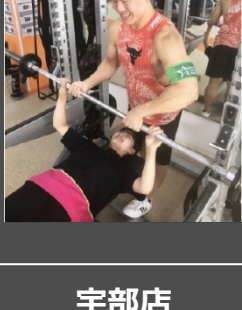
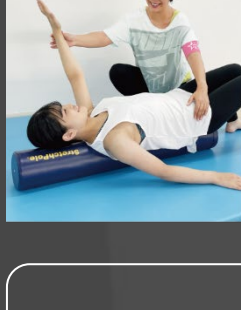




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



宇部店

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

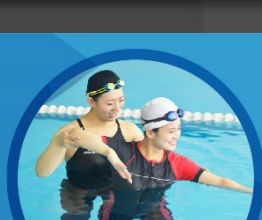


パーソナル ヨガ

正しい姿勢

深い呼吸

集中力向上

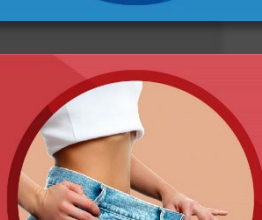


パーソナル スイミング

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



木村 匠

Takumi
Kimura

運動で健康生活！

自分に合ったトレーニングで理想のカラダへ！お客様の目標達成にお役立てできれば幸いです。全力でサポートいたします！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 11年
- ◇ トレーニング歴 11年
- ◇ バスケット歴 11年
- ◇ トレーニング検定 2級取得
- ◇ パーソナル担当実績 500回以上

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
- ☆ パーソナルスイミング
- ☆ パーソナル痩せる専門コース



木村 沙恵

Sae
Kimura

大学時代はスポーツコースを専攻しており、運動生理学・解剖学を学んでおりました。また、自分自身出産を経て、体型を戻しており、経験を元に女性をサポートします。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 10年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ バレエ歴 15年
- ◇ 器械体操 4年
- ◇ パーソナル担当実績 200回以上

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

店長メッセージ

約10年のトレーナー歴を経験に、女性のパーソナルを得意としております。様々な悩みも一緒に解消していきましょう！



予約サイトはこちら

