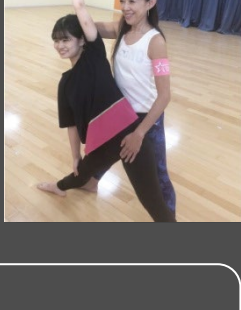
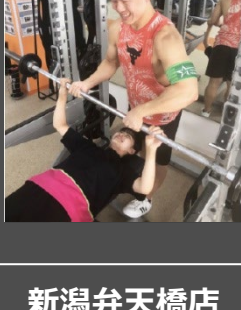
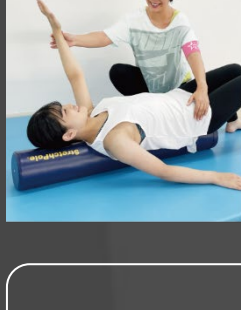




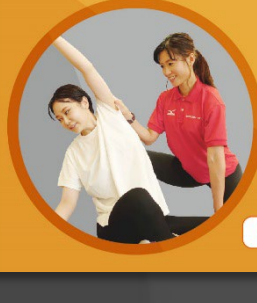
あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



新潟弁天橋店

開催コース & トレーナー紹介

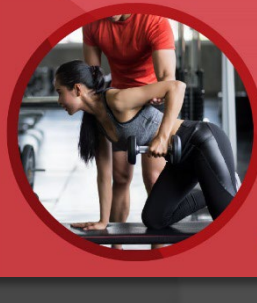


パーソナル ストレッチ

疲労回復

柔軟性UP

運動効果UP

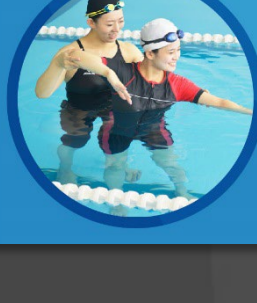


パーソナル トレーニング

ボディメイク

筋肉量UP

体力向上

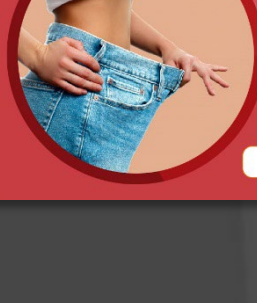


パーソナル スイミング

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



村川 剣斗

Kento
Murakawa

ホリデイにて数多くの方のトレーニングサポートを実施してきた経験から皆様の求める体になれるよう精一杯サポートいたします！
どんなことでもお任せください！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 11年
- ◇ トレーニング歴 11年
- ◇ トレーニング指導歴11年
- ◇ ダンス経験12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
- ☆ パーソナル痩せる専門
- ☆ パーソナルスイミング



松本 海

Kai
Matsumoto

自分自身も日々トレーニングに

励んでいます！

「やれば出来る、やれば変わ

る！！」

親身になりしっかり全力でサポー

トをさせていただきます！

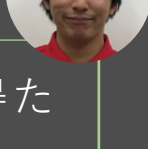
私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ 陸上競技歴 10年（5000m）

担当可能コース

- ☆ パーソナル痩せる専門

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本まで！



有田 亮太郎

Ryotaro
Arita

トレーニングの楽しさや、達成感

と一緒に味わっていけるようにサ

ポートさせていただきます「楽し

く無理せずコツコツと」自分に

合ったトレーニングでライフスタ

イルを豊かにしましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ ボディコンテスト歴
2023 FWJ 栃木大会
MEN`S PHYSQUE-Novice
First Challenge Class B 4位

担当可能コース

- ☆ パーソナル痩せる専門
- ☆ パーソナルトレーニング

店長メッセージ

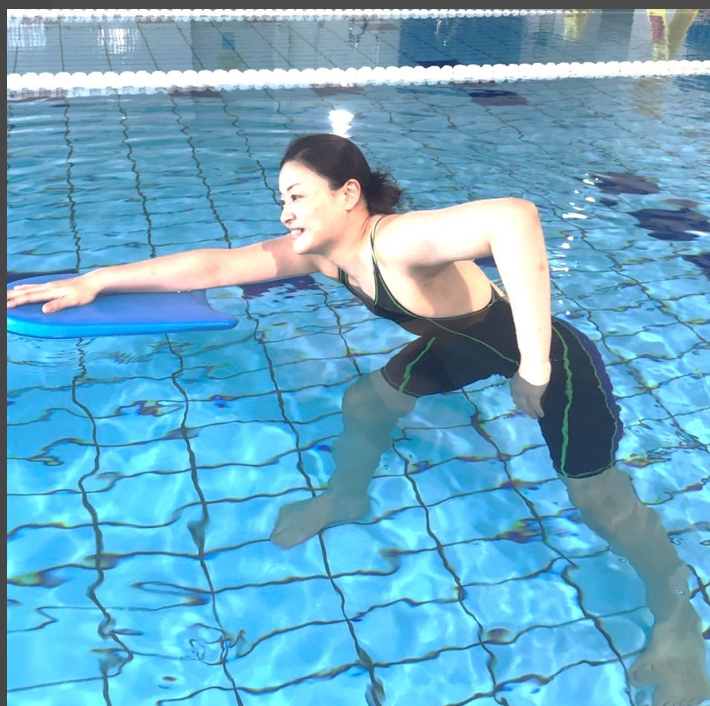


カラダ磨き、自分磨きには

有田の指導が安心です。

丁寧にサポートしてくれます！

引き締めたい方は、有田まで！



佐藤 美穂

Miho
Sato

トレーニングをすることでメンタルも前向きになり、仕事やプライベートでも良い人生を送ることができるようになります。皆様のより良い人生のサポートをします。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 16年
- ◇ スイム指導歴 16年
- ◇ はじめての方でも安心指導

担当可能コース

- ☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ



丁寧な指導で
スイミングなら佐藤で
間違いありません。
丁寧にサポートします。

予約サイトはこちら

