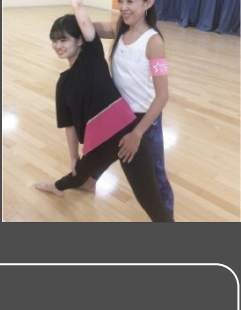
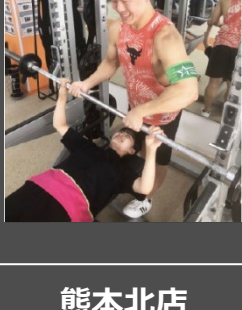
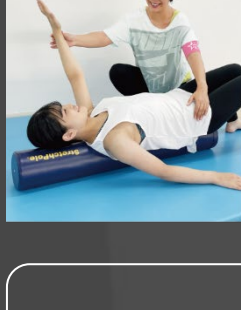




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



熊本北店

開催コース & トレーナー紹介

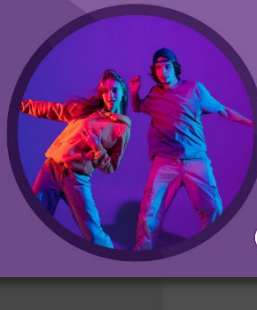


パーソナル ストレッチ

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



博田 貴大

Takahiro
Hakata

トレーニングや水泳、コンディショニング等、幅広くサポートいたします。お客様の目標達成の為、丁寧かつ分かりやすく、指導いたします。！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 13年
- ◇ AFAAプライマリー
- ◇ フィットネスインストラクター(PC)
- ◇ 健康ケアトレーナー

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
- ☆ 痩せる専門コース



冷水 愛

Ai
Hiyamizu

初心者の方から選手までサポートいたします。私自身、最初は水が怖く苦手でしたが、今では水泳がとても大好きです。

一緒に楽しく水泳をしましょう。

私の強み

- ◇ 桜島横断遠泳 完泳
- ◇ 九州SC大会 毎季出場
- ◇ 中学鹿児島市
50mバタフライ3位
400m個人メドレー4位

担当可能コース

- ☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ



現役で水泳をしており、様々な資格取得を予定しております。大会での実績もあり、様々な要望に対応できます！



高橋 遼

Ryuu
Takahashi

無理のない運動ペースでも体は変わられます！！皆様の「理想のカラダ」「理想の運動ペース」にあわせてサポートさせていただきます！！初めての方から上級者の方までご応募お待ちしております！！

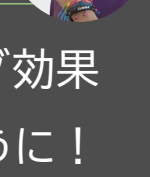
私の強み

- ◇ 健康運動実践指導者
- ◇ NACA-CPT

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



みなさまにトレーニング効果を感じていただけるように！寄り添ったトレーニング指導を心がけています！あなたのなりたいを叶えます！



原田 千恵 Chie Harada

皆さまのダイエットや健康づくりを全力でお手伝いします！
トレーニングはもちろん、食事面サポートもしますので内側から綺麗な身体を作っていきましょう！

私の強み

- ◇ パーソナルトレーナー歴 3年
- ◇ トレーニング歴 19年
- ◇ ピラティス歴 10年

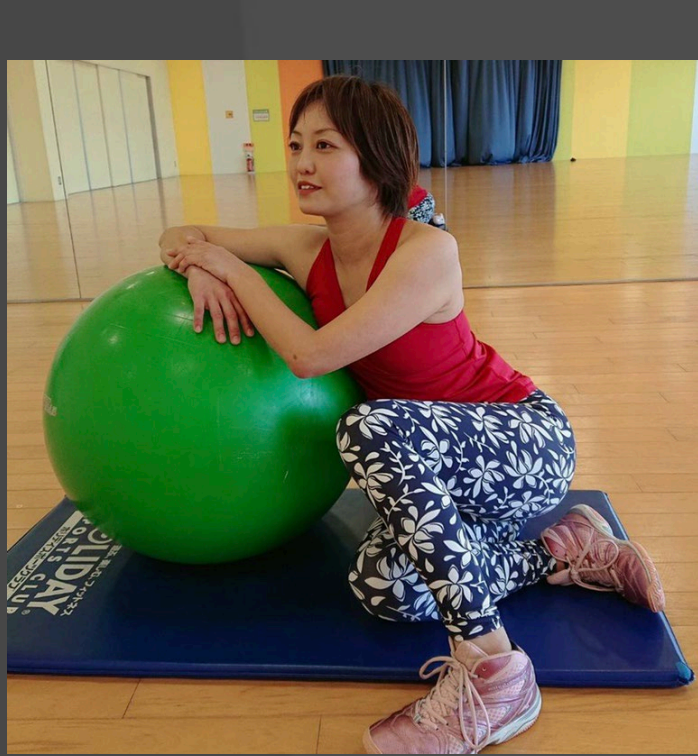
担当可能コース

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

店長メッセージ



ウェイクボードやサーフィンなどの運動経験もある担当者です！様々な経験を活かしたトレーニングアドバイスを実施いたします！



櫻井 久美子 Kumiko Sakurai

サーキットメニューを組んだりHIITトレーニングメニューを立ててレッスンを行ったりしています！

それぞれの要望に合わせたトレーニングを提供していきます！

私の強み

- ◇ トレーニング歴 19年
- ◇ HIITトレーニングレッスン実施
- ◇ FUTBURN EXTREME 取得者

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



様々なトレーニング法知識のある担当者です。皆さまの悩みに寄り添ったトレーニングを提案し、目標達成まで導きます！



吉田 芙美

Humi
Yoshida

毎日、自分自身もトレーニングに励んでいます！努力は裏切らない！理想のカラダ作りのお手伝いをさせていただきます！

ぜひ私吉田にお任せください！

私の強み

- ◇ トレーニング歴 9年
- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ フルマラソン 3時間37分

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



毎日トレーニングやランニングを行って自分磨きを徹底して行っている担当者です！皆さまのボディメイクも徹底サポートします！



貝島 智子

Tomoko
Kaizima

日頃の疲れやトレーニング後に体のケアをきちんとすることで次の日から元気に活動することが出来ます！皆さまのボディケアの面でサポートします！

私の強み

- ◇ トレーニング歴 6年
- ◇ RISOBOスコア 82点

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



身体のメンテナンス面で貝島が皆さまのサポートをいたします！整った身体はトレーニング意欲も高まり、一石二鳥です！



森山 亜貴

Aki
Moriyama

Play With Musicをモットーに
皆さまが心躍るようなレッスンを
行っていきます！踊れるように
になりたい方！スキルアップしたい
方！私にお任せください！

私の強み

- ◇ ダンス歴 23年
- ◇ ダンス指導歴 13年
- ◇ Hiphop・GirsHiphop・Jazz・
House・Lock・Soul踊れます！

担当可能コース

☆ パーソナルダンス

店長メッセージ



ダンス指導歴も長く、楽しく
ダンスが学べること間違いな
しです！
様々な分野で対応可能で
す！

予約サイトはこちら

