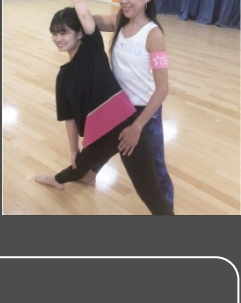
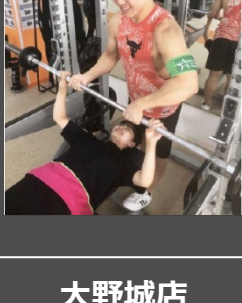
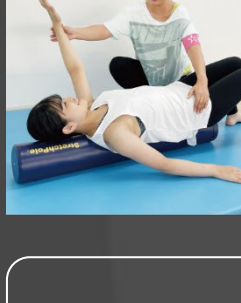




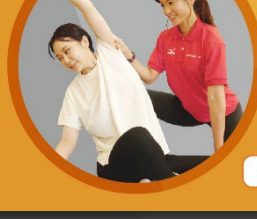
あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



大野城店

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

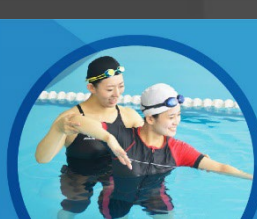


パーソナル ヨガ

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



高濱 秀幸

Hideyuki
Takahama

年齢を重ね、ただ運動していれば
痩せていた時代に別れを告げまし
た。知識としてではなく、身を持っ
て年齢に伴う身体の変化を体験し
ています。お任せください！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 14年
- ◇ R I S O B Oスコア 80
- ◇ 陸上競技歴 6年（短距離）
- ◇ AFFA PC 認定インストラクター

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ

☆ 痩せる専門コース



松尾 蓮

Matuo Ren

トレーナー歴も長く、ホリデイ以外でもパーソナルトレーナーとして活躍中。担当実績も店舗NO1です。どんな悩みでも安心してご相談ください！

私の強み

- ◇ 現役サッカー選手
- ◇ パーソナル年間1500人実績
- ◇ トレーナー歴7年

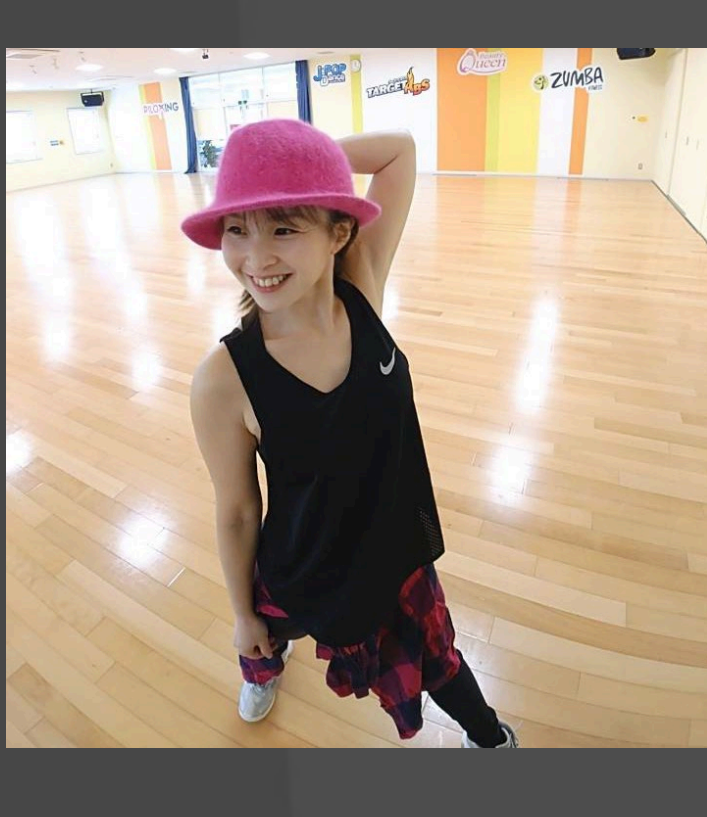
担当可能コース

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

店長メッセージ



身体のケアからボディメイクまで幅広く担当できます。年齢問わず幅広い年齢層での担当実績があるので、安心して相談ください！



高濱 まどか

Madoka Takahama

私は踊ることが好きです。しかし、スポーツは苦手です。だからこそ、激しい運動が苦手な方の気持ちもわかります。この機会に勇気を出して、踏み出してみてください！

私の強み

- ◇ ダンス歴20年
- ◇ トレーナー歴15年
- ◇ AFFA YOGA
- ◇ 美筋ヨガインストラクター

担当可能コース

- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



初めてのの方が安心して参加できる空間を作ってくれます。自分がやって良いのか？と不安に思う人ほど、是非、ご相談ください！



坂中 雪菜

Sakanaka
Yukina

大学在学中、卒業後もスイミング
スクールにて働いていました。幼
児から大人まで幅広くレッスンを
行い、豊富な経験があります！

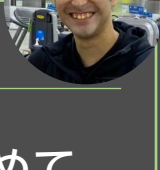
どんな要望にも期待に添えます！

私の強み

- ◇ スイム歴 33年
- ◇ スイムインストラクター歴 14年
- ◇ 4泳法全てレッスン可能
- ◇ 指導者数延べ数百人

担当可能コース

- ☆ パーソナルスイミング



店長メッセージ

幼少期から、水泳を始めて、
経験はかなり豊富です！ス
クールで働いていた経験も
あり、個人にあった内容を
しっかり提供できます♪



来見田 彩

Kurumida
Aya

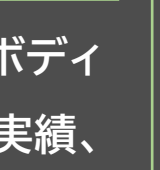
水泳やヨガなどを専門的に担当さ
せていただきます！あなたの悩み
を1つでも解消し、楽しい日常生
活を送りませんか？ぜひ、サポ
ートさせてください！！

私の強み

- ◇ スイム歴 32年
- ◇ 九州大会 優勝
- ◇ 全国ジュニアオリンピック出場
- ◇ インターハイ出場
- ◇ ヨガ資格多数所有

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ パーソナルスイミング
- ☆ 痩せる専門コース



店長メッセージ

経験豊富です！自身のボディ
メイク成功経験、スイム実績、
資格取得など、あなたを成功
へと導ける力になってくれる
はず！！



長田 明日佳

Nagata
Asuka

以前、他店スポーツクラブでトレーナー経験を積んでいます。その経験を元に、自身のダイエットにも成功しています！経験を元に悩みをサポートいたします！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 10年
- ◇ 自身ダイエット成功経験あり
- ◇ トレーニング資格保有

担当可能コース

☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



ダイエット経験を元に、手厚いサポートを寄り添い実施してくれます！特に、同性の女性の悩みに寄り添い、サポートしてくれます！

予約サイトはこちら

