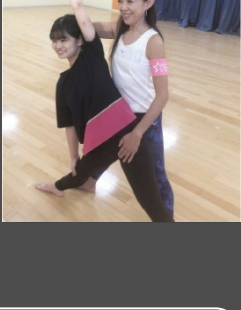
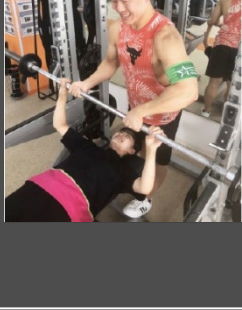


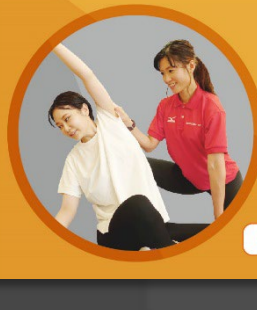


あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING

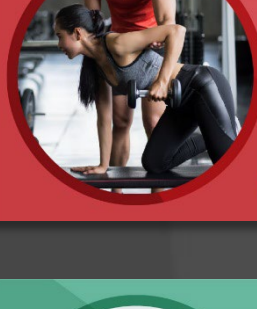


八幡西店 開催コース & トレーナー紹介



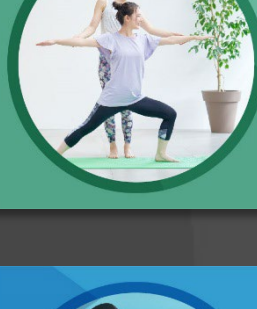
パーソナル ストレッチ

疲労回復 柔軟性UP 運動効果UP



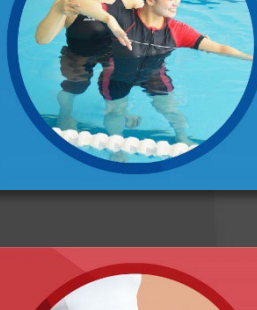
パーソナル トレーニング

ボディメイク 筋肉量UP 体力向上



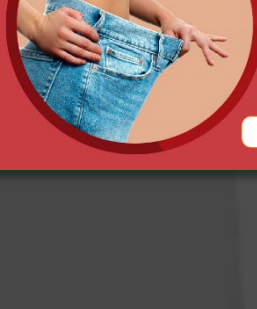
パーソナル ヨガ

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



五ノ井 健太 Kenta Gonoi

過去30名以上のトレーニング
サポートや指導経験があります！
トレーニングや水泳、ストレッチなど様々
なジャンルで皆様に運動の
楽しさを伝えていきます！

私の強み

- ◇ 健康運動指導士
- ◇ 健康運動実践指導者
- ◇ 体脂肪7%
- ◇ テニスインストラクター歴4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
- ☆ パーソナルスイミング



五ノ井 美希 Miki Gonoï

「体を動かすことってこんなに楽しいんだ！！」そう思っていただけのように持ち前の明るさで、親身にアドバイスいたします。

楽しくトレーニングしましょう！

私の強み

- ◇ バスケットボール歴 3年
- ◇ 陸上競技歴 10年
- ◇ スイムレッスン歴あり

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

店長メッセージ



五ノ井は様々なコースが担当可能です。過去の経験を活かし、一人ひとりにあったご提案をします。まずは

ご相談からしてみてください！



川上 貴弘 Takahiro Kawakami

「何をすればいいのか分からない」自分のこれまでの経験を活かし皆様の悩みに寄り添います。

僕と一緒にトレーニングしていきましょう！

私の強み

- ◇ ベーシックインストラクター
- ◇ ブラジリアン柔術 5年

担当可能コース

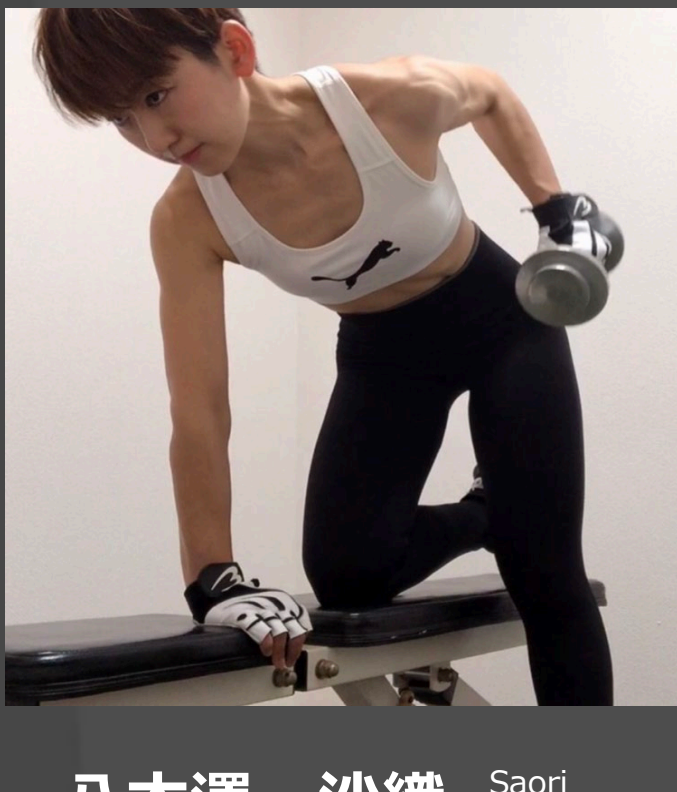
- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



彼には自身の競技生活の中で、増量・減量や筋肉の付け方などコントロールしてきた経験があります。

どうすれば体が変わるのか？のノウハウは彼にお任せください！



八木澤 沙織 Saori Yagisawa

産後半年間で－5kgを達成！
女性ならではの悩みも一緒に
解決していきましょう！

全力でサポートいたします。

私の強み

- ◇ JIA筋トレインストラクター
- ◇ JLESAトレーニングサポーター

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

店長メッセージ



過去の減量経験だけでなく
ボディメイクが得意です。
知識も豊富です。
女性ならではの悩みも
解決してくれます！



井上 菜緒 Nao Inoue

健康な身体になるためにトレーニング、
食事、日々のケアが大切であることを
身をもって感じています。

お客様の健康を支えていけるよう
トレーニングからケアまで幅広く
サポートいたします！

私の強み

- ◇ AFAA PILATES
- ◇ 全米ヨガアライアンス200H
- ◇ フードスペシャリスト
- ◇ ベーシックインストラクター

担当可能コース

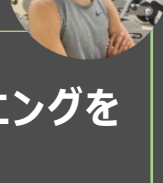
☆ パーソナルトレーニング

☆ パーソナルピラティス

☆ パーソナルストレッチ

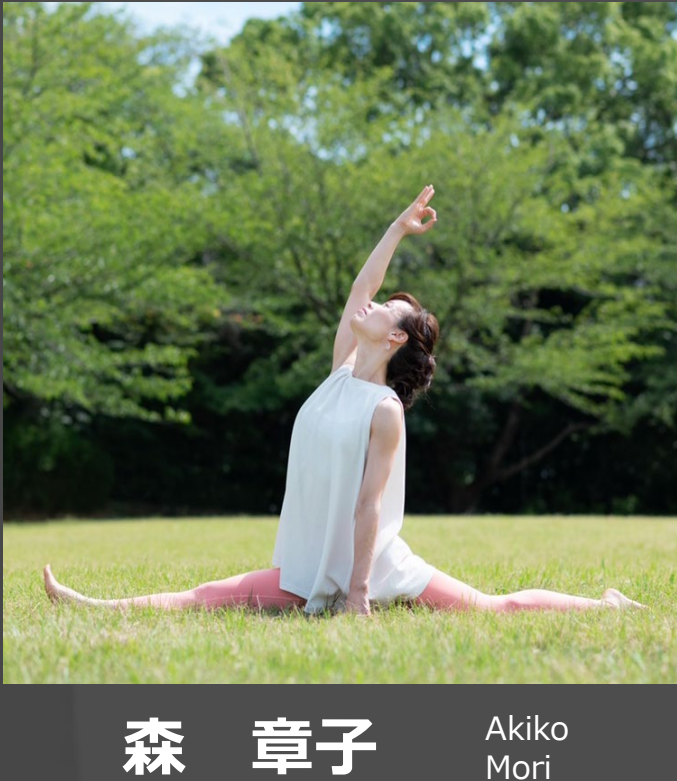
☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ



数多くのパーソナルトレーニングを
担当しています。

トレーニング知識に加え、食事に関
しての資格も保有している為、
幅広い分野でアドバイスが可能です。
。



森 章子

Akiko
Mori

長年の実務経験により、様々な
ニーズにお応えできる力を
身に付けました。

初心者から上級者まで幅広く
対応いたします。

私の強み

- ◇ 国際ヨガ3級
- ◇ 全米ヨガアライアンス200H
- ◇ 経路ヨガTT
- ◇ 健康運動指導士
- ◇ マインドフルネス

担当可能コース

☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



ヨガを得意とし、ボディケアに
精通しています。
わかりやすくサポートします。
そんな森に是非ご相談ください。



後藤 大輝

Daiki
Goto

私の指導では「皆様の記憶に残る空間づくり」を意識しております。
一生使えるトレーニング、お食事などの
知識に加え、あの時パーソナルを受け
て良かった！と思える時間を作ります。

私の強み

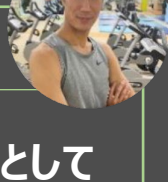
- ◇ NSCA-CPT（全米認定資格）
- ◇ IBMAストレッチ アドバンス2級
- ◇ FWJ福岡大会出場
- ◇ Inbody92点

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

店長メッセージ



パーソナルトレーナーを専門として
活躍している彼の豊富な経験は、
あなたの目指したいスタイルを
叶えてくれるはずです。
悩んだら彼に相談を！

予約サイトはこちら

