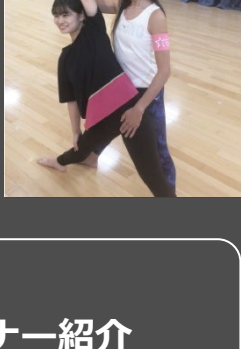
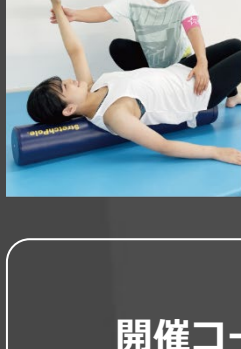




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



長野店

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 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



篠原 和司

Shinohara
Kazushi

運動を楽しみながら体を変える。
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 7年
- ◇ ボクシングプログラム
クリエイター経験有
- ◇ プログラム100名集客経験有
- ◇ パーソナル累計50名以上担当

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
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルスイミング



和田 八重子 Wada Yaeko

初心者の方、運動に慣れていない方、運動に不安がある方も私が全力でサポートします！！
一緒に目標達成に向けて頑張りましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 5年
- ◇ トレーニング歴 10年

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ 痩せる専門

店長メッセージ

和田自身、運動に慣れていない方のサポートも非常に丁寧です！！
不安がある方も楽しんでトレーニングに励むことができます！





普天間 大志

Futennma
Hiroshi

皆様のなりたいを私、普天間が
全力でサポートします！！
目標に向かって共に頑張っていき
ましょう！

私の強み

- ◇ -35キロの減量に成功
- ◇ RISOBOスコア 91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

トレーニングの知識は店舗
で一番です！

初心者にもやさしく、わかり
やすく案内いたしますので
安心して運動をスタートする
ことができます！



予約サイトはこちら

