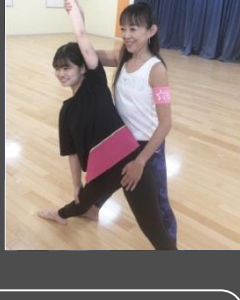
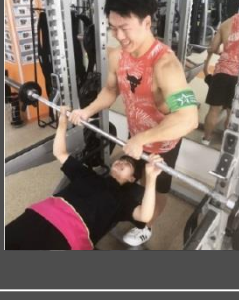




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



長岡店

開催コース & トレーナー紹介



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



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 スイミング

水慣れ

息継ぎ

フォームの修正

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



両方 卓也

Takuya
Ryokata

様々なお客様の要望に応じた
サポートをしてきました！
皆様が楽しく、目標を達成できる
よう、全力でサポートしていきます！

私の強み

- ◇ 店長歴 8年
- ◇ トレーナー歴 12年
- ◇ 水泳歴 8年（4泳法可能）
- ◇ サッカー歴 15年（DF）

担当可能コース

- ☆ 痩せる専門コース
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルスイミング



福田 隼士

Hayato
Fukuda

学生時代は筋トレ・ダンスを経験しておりました！

ダンスでは大学の授業で指導経験・ダンスイベントの振付師としての活動経験もあります！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 1年
- ◇ トレーニング歴 5年
- ◇ ダンス歴 5年
- ◇ 健康運動指導士
- ◇ 中・高保健体育教員免許

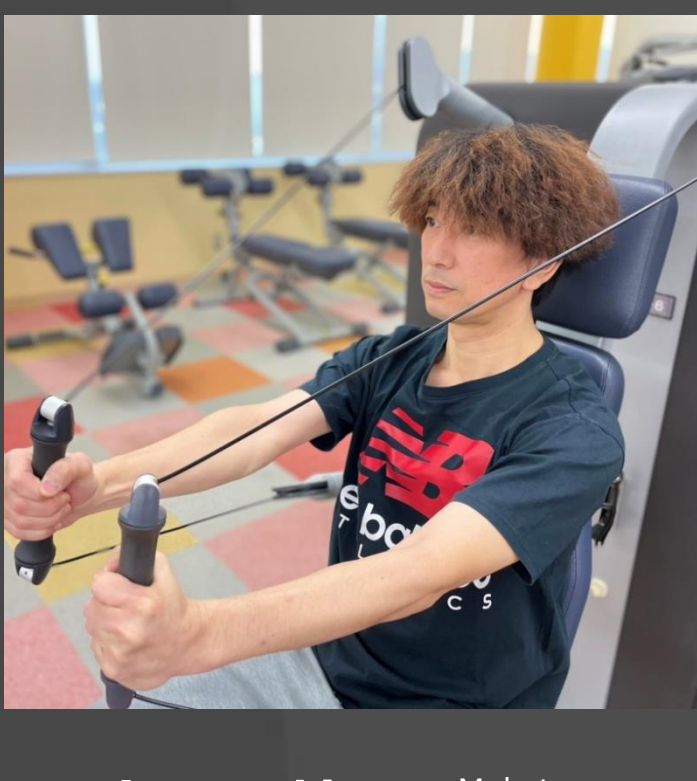
担当可能コース

- ☆ 痩せる専門コース
- ☆ ダンスパーソナル

店長メッセージ



ダンススキル磨きを常に怠らず、休みの日にもスタジオでダンスの練習に励んでいます。福田のダンス専門コースは特にオススメです！



吉原 慎

Makoto
YOshihara

毎日トレーニングを行い自分の体調管理をしっかり行っています！汗を掻くことも好きなので、一緒に汗を流しましょう！

全力でサポート致します！

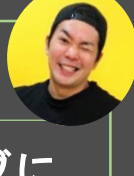
私の強み

- ◇ トレーナー歴 10年以上
- ◇ トレーニング歴 10年以上

担当可能コース

- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



ホリデイスポーツクラブに13年間勤めております！経験値を活かし、様々な提案でしっかりとサポートしてくれます！

予約サイトはこちら

