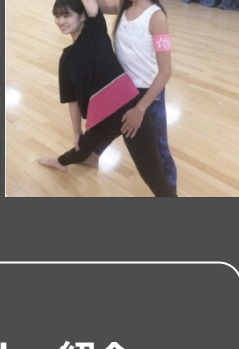
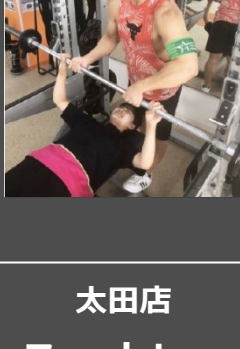
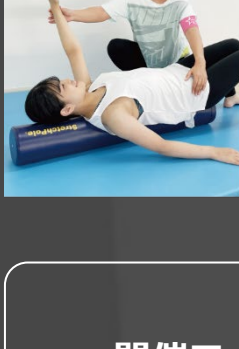




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



太田店

開催コース & トレーナー紹介

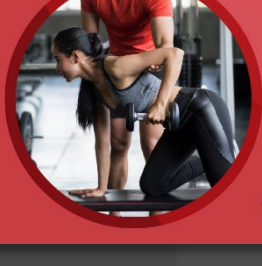


パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ

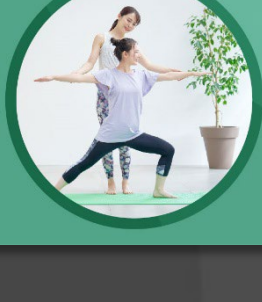


パーソナル トレーニング

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



久保田 康平

Kohei
Kubota

ホリデイにて色々な悩みをお持ちの方々をサポートしてきた経験や知識を活かし、あなたのご要望に全力でお応えします！

まずは一步踏み出してみましょ

う！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ トレーニング歴 8年
- ◇ 体脂肪率 8%
- ◇ 1ヶ月で体重4kg増、1ヶ月で体重6kg減の経験あり

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルダンス



野口 凌雅

Ryoga
Noguchi

専門学校で学んだトレーニングの知識やスキルを活かして、皆様の目標を達成できるようサポートいたします！

なりたい自分を目指して、一緒に頑張りましょう！

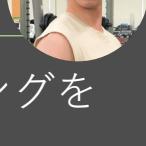
私の強み

- ◇ 健康運動実践指導者
- ◇ トレーニング歴 3年
- ◇ 空手道 15年（初段取得）
- ◇ RISOBO 85点
- ◇ 体脂肪率 12%

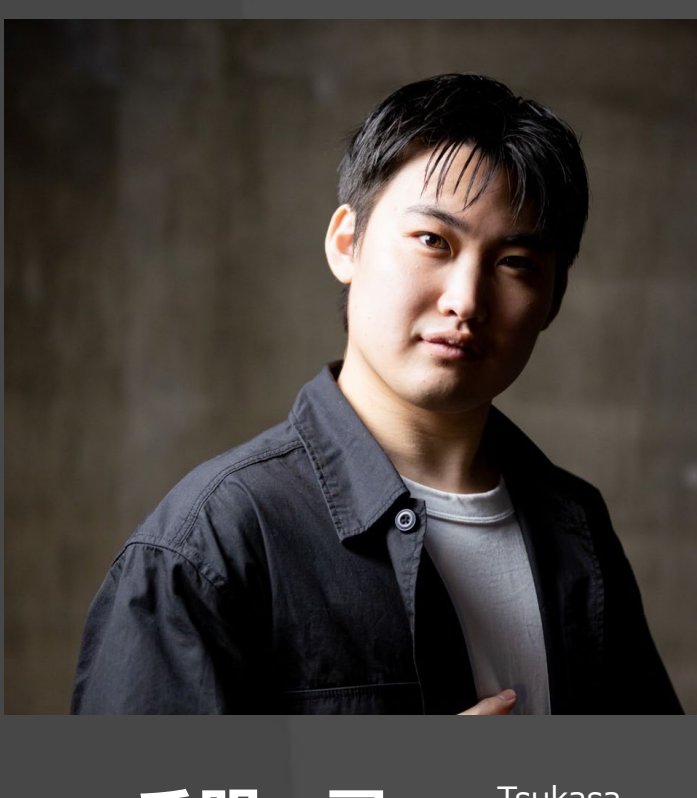
担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルダンス

店長メッセージ



毎日のようにトレーニングをしている姿を見かけます。
太田店No.1の筋トレ好きに
全てお任せください！
ご相談お待ちしております！



千明 司

Tsukasa
Chigira

ダンスを12年続けており、経験や知識には自信があります。

ダンスの基礎から習いたい方、難しいステップを覚えたい方、どんな方でもお任せください！

まずは楽しく私と一緒に上達していきましょう！

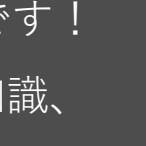
私の強み

- ◇ ダンス歴 12年
- ◇ 舞台経験あり
- ◇ 指導実績あり

担当可能コース

- ☆ パーソナルダンス

店長メッセージ



太田店No.1のダンサーです！
ダンススキル、経験、知識、
どれをとっても自信を持って
オススメできます！
あなたのやりたいジャンルを
教えてくれますよ！



寺内 希

Nozomi
Terauchi

私自身の腰痛改善の為に始めた
ピラティス。この効果を用いた
方法で、身体の歪みを改善、美し
い姿勢の維持、そして代謝アップ。
ノンストレスな身体作りを一緒に
していきましょう！

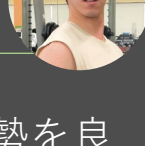
私の強み

- ◇ エアロビクス全般
- ◇ ピラティス
- ◇ ZUMBA、ステップ、ボクシング
ボールエクササイズ
- ◇ 中高年運動指導

担当可能コース

- ☆ パーソナルダンス

店長メッセージ



身体を楽しにしたい！ 姿勢を良
くしたい！ どんな悩みも全て
寺内が解消に導いていきま
す！ 身体の不調に気がついたら、
ぜひご相談ください！



富岡 ルリ子

Ruriko
Tomioka

「なりたい」と強く思った時が変
わる時！ あなたのカラダはあなたの
の強い思いで作り変えることが
出来ます！！ 諦める前に私と一緒に
頑張りましょう！

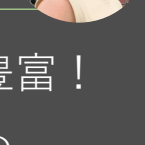
私の強み

- ◇ 指導人数延2万人超の経験
- ◇ お客様の10日でウエスト-8cm
の「なりたい」を叶えた実績
- ◇ 全米ヨガアライアンス
RYT200+300 in インドケララ
- ◇ FTPマットピラティス国際資格
- ◇ クラシックバレエ歴23年

担当可能コース

- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



経験・実績がとにかく豊富！
その凄腕で、お客さまの
「なりたい！」の数々を実現
してきました！

ぜひご相談ください！

予約サイトはこちら

