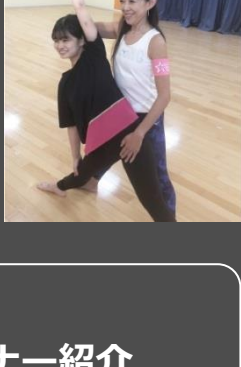
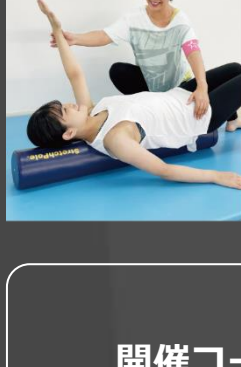




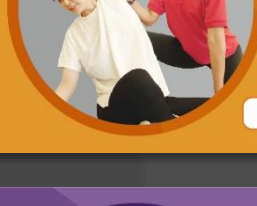
あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



日進長久手店

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

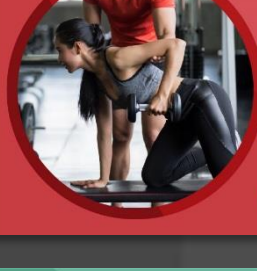


パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ

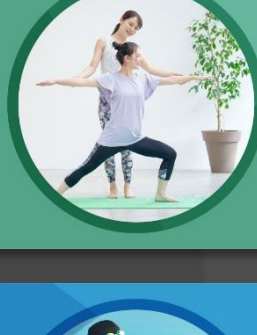


パーソナル トレーニング

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



林 孝平

Kohei Hayashi

トレーニングを通じて、健康で元気な身体を手に入れるためのお手伝いをさせていただきます！一人でも多くの方の健康をサポートできるよう日々過ごしています。トレーニングのことならなんでも聞いてください！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 15年
- ◇ 健康運動指導士 保有

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルスイミング



飯田 由佳里 Yukari Iida

これまで多くの方を担当し、結果をだしてきました。その経験で得た知識をいかし、個々の能力、モチベーションに見合ったメニューを作成します！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 9年
- ◇ トレーニング歴 9年
- ◇ トレーニング検定3級
- ◇ ホリデイ公認
ストレッチポール指導者

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

親身になり、丁寧に担当してくれる安心トレーナーです。指導経験も豊富で、あなたのお悩みを解決してくれます！



新美 貴子 Takako Niimi

食事管理のメソッド、コーチングの手法、そして自身のトレーニング経験を活かし、お客様の望む体型へと導いていきます。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 23年
- ◇ トレーニング歴 30年
- ◇ メンタルパワーパートナー協会認定
メンタルコーチ
- ◇ アスリートフードマイスター3級

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

豊富な知識と経験でしっかりサポートしてくれます！

成果を出したい方はぜひお申し込みください！



吉松 未久里 Mikuri Yoshimatsu

ほぼ毎日身体を動かしています！
格闘技、ポールダンスが趣味でいろ
んなトレーニングをしています

皆様にあったトレーニングを提案し
ていきます！

私の強み

- ◇ トレーニング歴 5年
- ◇ トレーニング検定2級

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

女性ならではの目線でサ
ポートしてくれます。自身もト
レーニングに励み、体づくり
を実践。女性らしい体づくり
をしたい方は吉松へ！



真形 翔太郎 Shotaro Magata

自分自身トレーニングを始めてから
理想の身体に近づくことが出来ま
した。私と一緒に理想の身体を手
に入れてみませんか？

全力でサポートさせていただきます！

私の強み

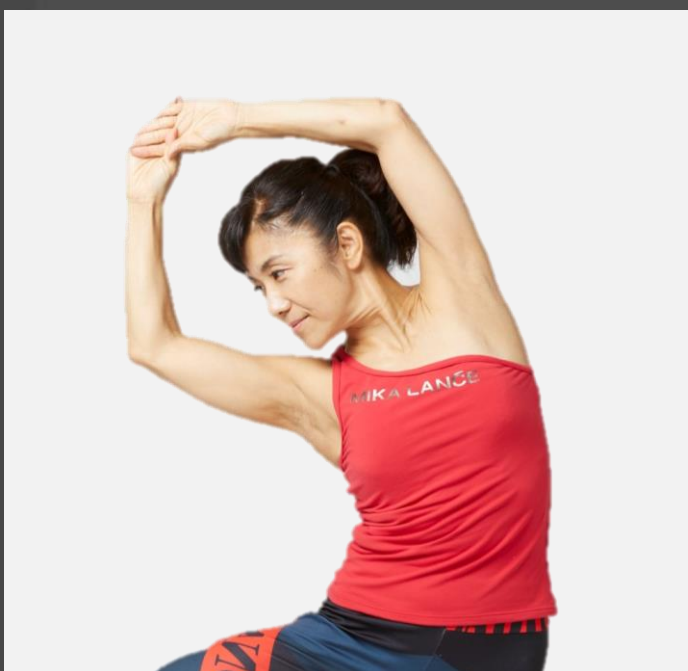
- ◇ トレーナー歴 3年

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング

店長メッセージ

自分自身でトレーニングを行
い、肉体改造をしている為。ト
レーニングの知識は抜群で
す！肉体改造は真形にお任
せください！



榊原 朋子

Tomoko
sakakibara

いくつになってもカラダは変わります！自分自身も2年で体脂肪5kg減。女性のボディラインを変えていくトレーニング方法で多くの方から評価を得ています

私の強み

- ◇ Adidas ファンクショナルトレーナー
- ◇ JWI健康ダイエットカウンセラー
- ◇ JAFAディレクター

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ

トレーナー歴も長く
ボディビルにも出場経験有
女性の為のボディメイクが得意です。悩める方は
ぜひ申し込みを！！

予約サイトはこちら

