ホリデイスポーツクラブのパーソナルトレーニング

あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING

草津店
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 ダンス

リズム基礎　振付け習得　スキルアップ

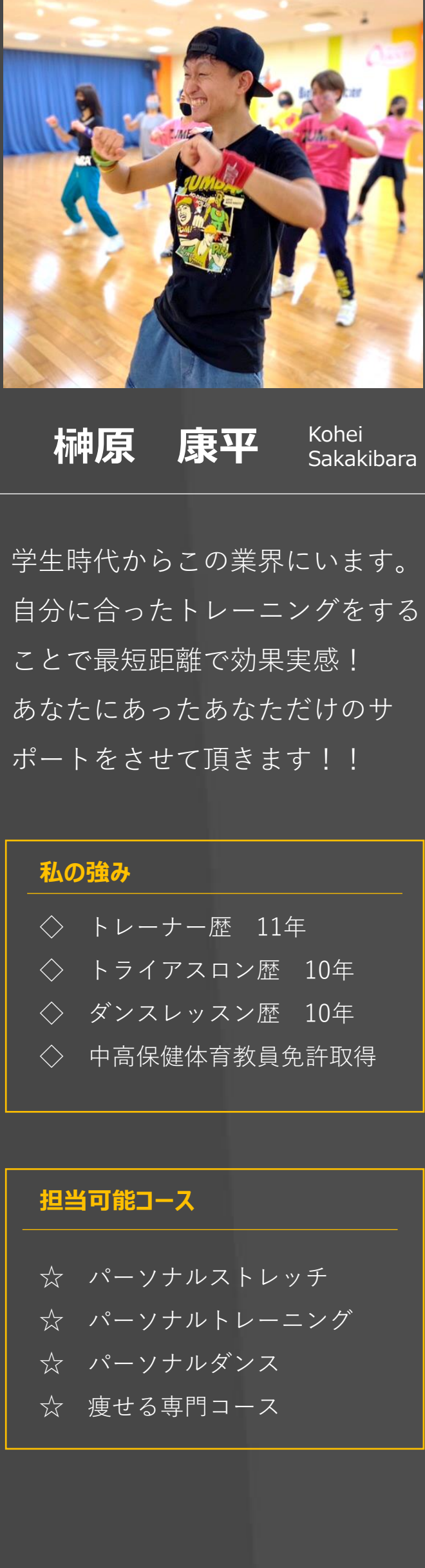
パーソナルトレーニング 痩せる 専門コース

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



榊原　康平　Kohei Sakakibara

学生時代からこの業界にいます。
自分に合ったトレーニングをすることで最短距離で効果実感！
あなたにあったあなただけのサポートをさせて頂きます！！

私の強み

◇　トレーナー歴　11年
◇　トライアスロン歴　10年
◇　ダンスレッスン歴　10年
◇　中高保健体育教員免許取得

担当可能コース

☆　パーソナルストレッチ
☆　パーソナルトレーニング
☆　パーソナルダンス
☆　痩せる専門コース

政池　悠汰　Yuta Masaike

トレーニングは自分を裏切りません！週3回トレーニングをしており食事にも気を遣っています。
「なりたいカラダ」を私に応援させて下さい！

私の強み

◇　トレーナー歴　4年
◇　トレーニング歴　10年
◇　理学療法士取得（2014年）
◇　パーソナル担当20名以上

担当可能コース

☆　パーソナルストレッチ
☆　パーソナルトレーニング
☆　痩せる専門コース

店長メッセージ

草津店で一番トレーニング知識が豊富なのは彼です！
筋トレ方法から食事まであらゆる分野でサポートしてくれますよ♪

予約サイトはこちら