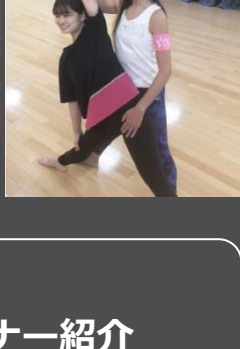
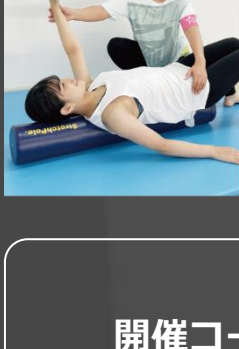




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



富士店

開催コース & トレーナー紹介

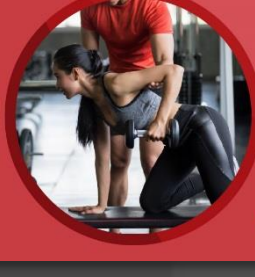


パーソナル ストレッチ

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 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



川俣 登夢

Tomu
Kawamata

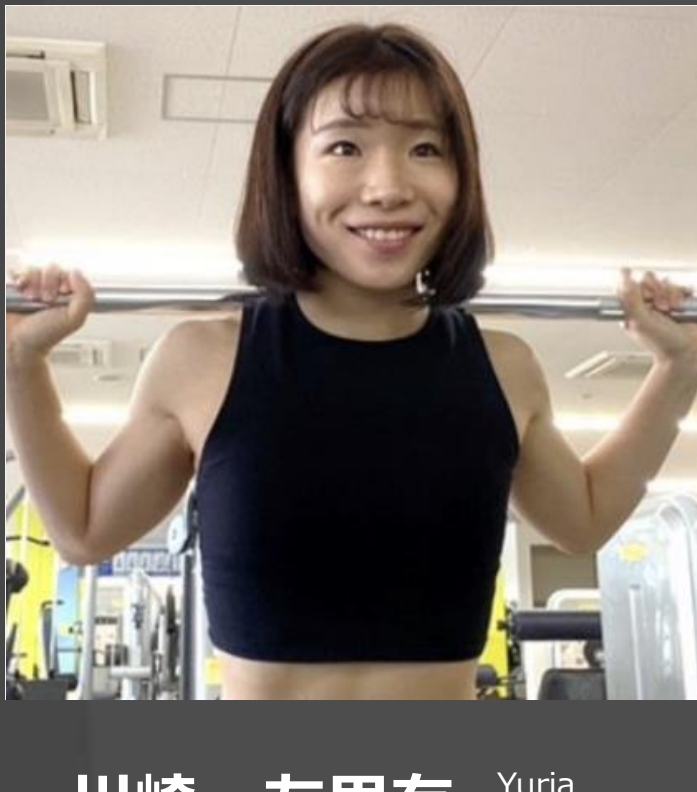
中々効果が出ない！
つらいトレーニングは嫌い！
そんなあなたに
専門的な知識で1人1人に合ったメ
ニューを提供します！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ JATI(日本トレーニング指導者)
- ◇ AFAA PC 認定
- ◇ AFAA FDEC 認定
- ◇ サッカー歴 13年

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



川崎 友里有 Yuria Kawasaki

トレーニングサポートだけではなく、ストレッチや栄養面ででのサポートもお任せください！

ぜひ私と一緒にトレーニングを頑張っていきましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 5年
- ◇ 栄養士
- ◇ トレーニング検定3級
- ◇ 陸上競技7年(短距離)

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



栄養士の資格を保有しており食事のアドバイスだけではなく知識と経験を活かし皆様に寄り添っていきます！



大川 裕子 Yuko Okawa

何度もダイエットに失敗しましたが、筋トレを始め、短期間で理想の身体へ変わる喜びを実感！自分の身体と向き合い、もっと素敵な自分、と一緒に目指しましょう！

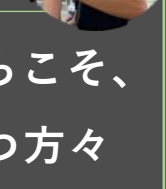
私の強み

- ◇ トレーナー歴 8年
- ◇ バレーボール歴 3年
- ◇ バドミントン歴 3年

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



過去の経験があるからこそ、同じような悩みを持つ方々へ寄り添ってわかりやすく伝えることが出来るトレーナーです！



高橋 詩織

Shiori
Takahashi

運動が嫌いだった私がヨガと出会い身体を動かす楽しさを実感。ヨガは頑張らなくて良いんです！自分の身体と心と向き合う非日常な空間をお届けします。

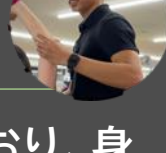
私の強み

- ◇ ヨガプログラム担当歴 4年
- ◇ 全米ヨガアライアンスRYT200修了

担当可能コース

- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



ヨガの資格を保有しており、身体のケアで健康的に理想の身体へ導きます！是非、身体のケアをしたい方は高橋まで！



藤井 みき代

Mikiyo
Fujii

結婚をし、身体を動かす機会が減り、どんどん身体が固くなり悩みました。ヨガと出会い身体と心が楽になることを実感。ヨガは無理なく続けられるところが魅力です！

私の強み

- ◇ ホリデイインストラクター歴 8年
- ◇ 全米ヨガアライアンスRYT200修了
- ◇ ヨガのスペシャリスト

担当可能コース

- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



インストラクターとして経験豊富なヨガのスペシャリストです！身体を使い方まで詳しくご案内が可能です！

