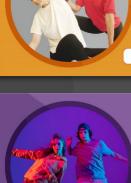








開催コース & トレーナー紹介



パーソナリ、

パーソナル



パーソナル トレーニング

ダンス

パーソナル



正しい姿勢 深い呼吸 集中力向上 パーソナル

k慣れ 息継ぎ フォームの修正

パーソナルトレーニング

スイミング



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!

Price



料金について



片 祐輔

幅広い年代層の方にトレーニングを

行った経験を活かして、経験者から 初心者の方まで理想のカラダへ導き

Yusuke

初心者の方まで理想のカラダへ導きます。1人1人にあった理想のカラダを見つけていきましょう!
私の強み
◇ トレーニング歴 10年

◇ トレーニング歴 10 ◇ トレーナー歴 9年

- ◇ パーソナル50名以上担当
- ◇ NSCAトレーニング検定2級
- ☆ パーソナルト<u>レーニング</u>

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ

☆ パーソナルスイミング



浜北恵

Megumi Hamakita

根本的な不調を改善することを 第一に考えて全てのトレーニング をお伝えしていきます! トレーニングを通じて、健康的な カラダを手に入れていきましょう

◇ トレーナー歴 **7**年

私の強み

- ◇ 各種 資格所有
- ◇ 100名以上の方を担当
- ◇ 体脂肪16%
- ◇ RISOBOスコア 88

<u>☆ パー</u>ソナルトレーニング

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ☆ パーソナルスイミング

☆ パーソナルヨガ

お客様からの指名率、店舗

店長メッセージ

No.1の実績を持っています! ダイエット〜整体まで幅広く 皆様のご要望にお応えします

トレーニングの知識が豊富で、



いつも通りに何となくトレーニング

している貴方。正しい動作と正しい

JATI上級

◇ JCCA認定マスター

◇ 加圧インストラクター

担当可能コース☆ パーソナルトレーニング

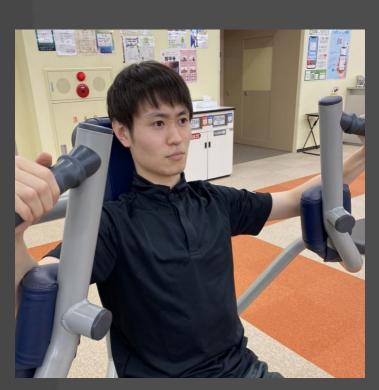
·

店長メッセージ

ください

パーソナルストレッチ

お客様に寄り添って、カラダ の機能改善を提供します。 初めてで何からやればわから ないという方はぜひお申込み



権藤 慶久

Gondou

Yoshihisa

スポーツトレーナーの専門学校ではパーソナルトレーナーも専攻し、 実践も積んできました!"身体が変わる喜び"を一緒に味わっていきましょう!!

私の強み

- ◇ JATI-ATI (日本トレーニング指導者)
- ◇ 健康運動実践指導者 ◇ 筋肥大、筋肉量UPが得意分野

☆ パーソナルトレーニング

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ

知識と熱量は店舗一!!

店長メッセージ

お客様の身体を変えたい! という強い思いが溢れるト レーナーです!身体を大き くしたい男性にお勧めです。



最低週3日は自分でトレーニングに 励んでおります。女性担当者だから

こそ、柔軟なサポートが可能です。

◇ 健康運動実践指導者 取得

 $\stackrel{\wedge}{\boxtimes}$

担当可能コース

◇ 体脂肪率 -10% に成功

◇ トレーニング歴 5年

RISOBOスコア 80

☆ パーソナルトレーニング

パーソナルストレッチ

- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルヨガ

☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ

塚田自身、過去の減量成功経験があり、食事の知識も豊富です。お客様に寄り添い、お客様のなりたい。をサポートしてくれる担当です。



早川 光咲

Hayakawa

Misaki

沢山お話しをしながら、1人1人に合わせた方法で「楽しみながら、効果を出す!」をテーマに、一緒に頑張れるようサポートしていきます。

◇ インストラクター歴10年

私の強み

- ◇ ダンス歴25年
- ◇ 全米ヨガアライアンスRYT200
- ◇ トレーニング検定**2**級

☆ パーソナルトレーニング

 $\frac{1}{2}$

担当可能コース

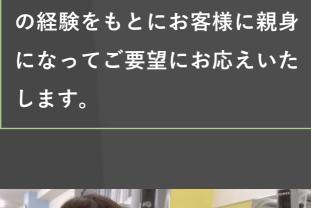
☆ パーソナルダンス

パーソナルストレッチ

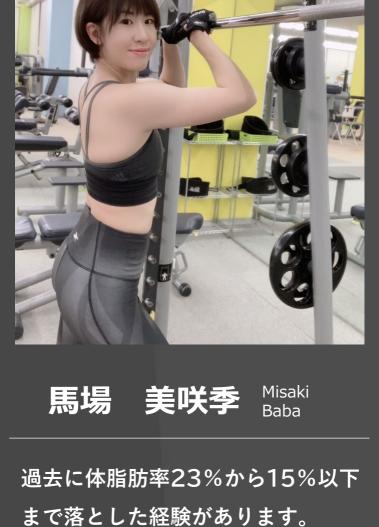
☆ パーソナルヨガ

パーインストラクター。多く

店長メッセージ



ホリデイ歴10年以上のス-



運動初心者の方を中心に様々な年代

の方のトレーニング指導経験があり

◇ REEJAM POPSTARJAPAN

◇ JWISTRONGNATION取得

ストレッチポールベーシック

(JCCA認定)

☆ パーソナルトレーニング

担当可能コース

 \Diamond

☆ パーソナルダンス

☆ パーソナルストレッチ

多数の資格を

店長メッセージ

多数の資格を保持しており、 会員様から絶大な信頼を得て おります。幅広い知識の提供 やトレーニングを通じてお客 様の身体を変えます!



愛里 Yagi

Airi

5年間フィットネスクラブで勤務 をし、トレーニング指導を行って きました。パーソナルトレーニン グを通して「なりたい自分」にな れるようサポートしてまいります。

私の強み

- トレーニング歴 5年 トレーニング指導歴 3年
- フィットネスクラブ勤務歴 **5**年

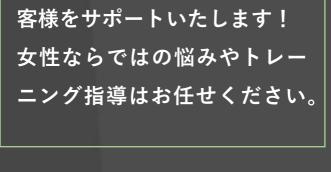
☆ パーソナルトレーニング

担当可能コース

パーソナルストレッチ

笑顔と若さでフレッシュにお

店長メッセージ





自分に合ったヨガを一緒に見つけ ていきませんか?

様々な分野のヨガをご案内いたし

◇ ヨガ指導歴 5年

私の強み

ます。

◇ ヨガ歴 15年

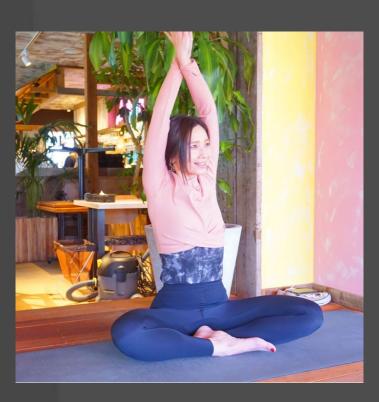
担当可能コース

☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ

常にお客様に合った内容をセ レクトし、多くの方から親し まれる人気インストラク ター!ヨガを深めたい、カラ ダの不調を直したい方にオス スメです





Sochat 玉井 ソチャータ

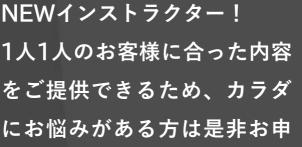
ヨガは老若男女、幅広くどなたで もできます!初心者、身体の硬い 方、大歓迎です。一緒に心と身体 の調和を目指しませんか?ご参加 お待ちしています。

私の強み

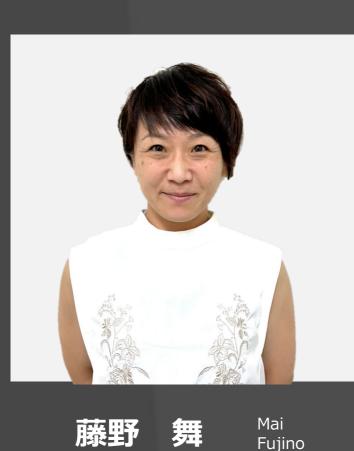
◇ 全米ヨガアライアンス200取得

担当可能コース ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



込みください!



緊張した筋肉を緩める事ができ、

ラックス効果も期待できます。体 のお悩みを少しでも改善できるよ うサポートいたします。 私の強み

猫背の改善、肩凝りの緩和、リ

◇ JCCA認定 ストレッチポール

☆ パーソナルストレッチ

担当り能コー人

店長メッセージ

お客様に寄り添って、カラダ の機能改善を提供します。 初めてで何からやればわから ないという方はぜひお申込み ください



横井 こずえ

Kozue Yokoi

コンディショニングを習慣にして、 美姿勢と痛みのない快適な身体を 手に入れませんか?フィットネス 業界20年以上の指導実績がある 私にお手伝いさせてください。

私の強み

- ◇ 健康運動実践指導者
- ◇ エアロビクスインストラクター
- <u>◇</u> 背骨コンディショニングインストラクター

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

· 店長メッセージ

 $\stackrel{\wedge}{\sim}$

NEWインストラクター!
1人1人のお客様に合った内容
をご提供できるため、カラダ
にお悩みがある方は是非お申
込みください!

