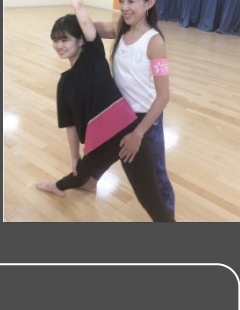
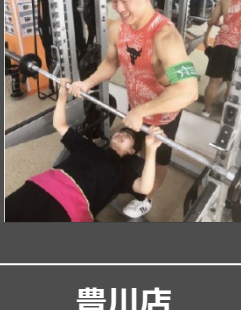
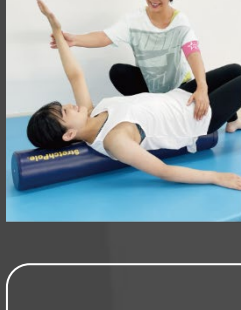




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



豊川店

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



二宮 聖

Satoru
Ninomiya

トレーニングは心身ともに健康になれるそんな力があります！
これまでのトレーニングサポート経験から皆さんの目標が達成できるよう、ホリデイ生活が充実するよう、一生懸命サポートいたします！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 4年
- ◇ 野球歴 16年
- ◇ ダイエット検定1級2級
- ◇ 認定ダンス指導員初級2級
- ◇ ZUMBA Basic1

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
- ☆ 痩せる専門コース



田中 大将

Hiromasa
Tanaka

専門学校で学んだ豊富な知識で、
あなたに合った最適な指導をさせて
いただきます！食事に関しては
任せてください！無理なく楽しく
一緒に頑張りましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 1年
- ◇ JATI-ATI
- ◇ 健康運動実践指導者
- ◇ ダイエット検定1級
- ◇ フィットネスクラブマネジメント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
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



自身のトレーニング経験を
活かし、皆様の目標に合わ
せてサポート！栄養にも詳
しい彼にお任せください！
絶賛人気急上昇中！！



仲田 ちさと

Chisato
Nakata

悩みや目標は人それぞれ違います。
一人ひとりに寄り添って提案いた
します！一緒に目標に向かって走
り出しましょう！

些細な悩みもご相談ください！

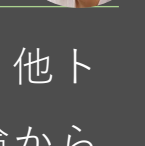
私の強み

- ◇ トレーナー歴 1年
- ◇ 水泳歴 7年
- ◇ 元NBL専属チアリーダー
- ◇ IBMA認定パーソナルストレッチ
- ◇ AFAA YOGA

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
- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ



チアダンスの経験等、他ト
レーナーにはない経験から
様々な角度でご案内が可能
です！
ぜひお任せください！



中川 貴尋

Takahiro
Nakagawa

トレーニングは鍛える事も大切ですが、整えたり休息する事も重要です。私と一緒に過去最高の自分を目指しませんか？私が様々な角度からサポートいたします！

私の強み

- ◇ ホリデイ認定トレーナー
- ◇ トレーナー歴 9年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ 健康運動指導士
- ◇ トレーニング検定2級

担当可能コース

- ☆ 痩せる専門コース
- ☆ ボディケアコース
- ☆ 筋トレ特化コース
- ☆ ダンス専門コース
- ☆ 水泳専門コース

店長メッセージ



経験豊富の担当者です。
自身もトレーニングに取り組み、1人1人最適なメニューの提案を出来るトレーナーです！

予約サイトはこちら

