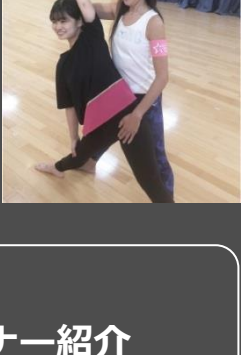
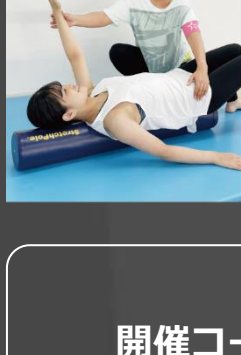




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



尾張旭店

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



堀場 公二

Koji
Horiba

ダイエット・筋トレのサポートから
ダンス指導まで私にお任せくださ
い！店舗一の経験と実績でお客様
の様々なご要望にお応えします。
お客様の『なりたい』を叶える
サポートをお約束します！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 16年
- ◇ ダンス歴 22年
- ◇ NSCAトレーニング検定2級
- ◇ 食生活アドバイザー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
- ☆ パーソナルダンス



泊 伶奈

Lena
Tomari

幼少期から現在までダンスを継続中！
幅広くダンスを経験してきたスキルを
活かし、皆様のサポートを致します！
一緒に楽しくダンスをしましょう！

私の強み

◇ ジャズダンス歴 10年

◇ ヒップホップダンス歴 10年

担当可能コース

☆ パーソナルダンス



店長メッセージ

男性が見せる力強いダンスと
は違ったしなやかな動きが出
来るダンサーです！ダンスス
キルアップしたい方はぜ
ひ！！



鈴木 大和

Ymato
Suzuki

理想のボディを作りましょう！
一緒にボディメイクしませんか！？
自分自身も普段様々なトレーニ
ングを試しています。その成果を皆様
に伝えていきます！！

私の強み

◇ 柔道歴 16年

◇ トレーニング歴 12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

毎日トレーニングに励んでお
り、自分の体に磨きをかけて
おります！成果を出したい方
は鈴木と一緒にトレーニング
してみませんか？



伊藤 真由子 Mayuko Itou

身体が変われば、心も変わる！
結果も目標に向かっていく過程も
自信に繋がる！一緒にになりたいカ
ラダをイメージから形にしていきま
しょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 7年
- ◇ トレーニング歴 22年
- ◇ ヨガ歴 12年
- ◇ フルマラソン6回完走

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

伊藤自身、日々トレーニング
の打ち込んでおり体に磨き
をかけています。伊藤の経験
を元に皆様を理想の体を導
きます！



小場谷 有里 Yuri Kobatani

体力気力と笑顔のもと！！
体力をつけて、新しい大好きな自
分に出逢いましょう！

自分の経験を元に皆さんをサポー
トします。

私の強み

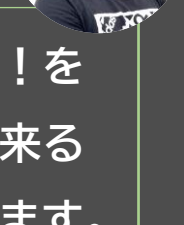
- ◇ トレーナー歴 7年
- ◇ トレーニング歴 17年
- ◇ 水泳歴 22年
- ◇ ストレッチポールベーシック講師

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
- ☆ パーソナルスイム

店長メッセージ

楽しくなければ続かない！を
モットーに楽に楽しく出来る
トレーニングをご案内します。
小場谷が身も心も元気にし
ます！





水野 美智子 Michiko Mzuno

皆さんそれぞれ身体の悩みは違います。一人一人に寄り添って優しく丁寧に、そして効かせる時間にしていきます。私と一緒に健康的な姿勢を作っていきます！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 7年
- ◇ トレーニング歴 22年
- ◇ ストレッチポール
ベーシック講師

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ

体を整えるための知識が非常に豊富であり信頼できるインストラクターです。身体についてお悩みの方は水野へご相談ください。



房安 累 Rui Fsayasu

お客様が不安なく効果を実感して頂けるように努力し、常に寄添いながら全力で精一杯サポートさせて頂きたいと思います！皆様よろしくお願いします。

私の強み

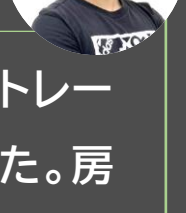
- ◇ トレーナー歴 2年
- ◇ トレーニング歴 12年
- ◇ サッカー歴 19年
- ◇ 体脂肪 6.8%
- ◇ RISOBOスコア 93

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

サッカーを通し様々なトレーニングを学んで来ました。房安自身の経験を踏まえて的確なサポートが出来ると思います。





埜 啓太

Keita
Hanawa

現役のスポーツ競技者として、筋力向上や減量、健康増進などの様々な分野で会員様が健康的に活躍していけるようにサポート出来るように全力で頑張ります！！

私の強み

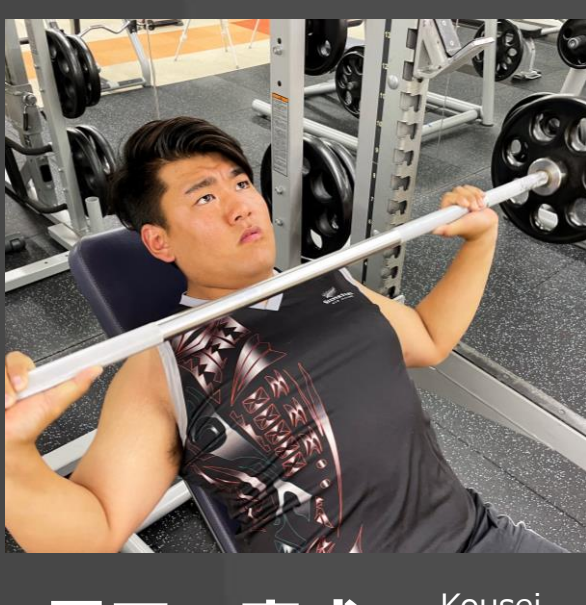
- ◇ サッカー歴 16年
- ◇ トレーニング歴 12年
- ◇ 体脂肪 7.9%
- ◇ RISOBOスコア 86

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

現在も現役で活躍するサッカー選手。そのために欠かさず毎日トレーニングをしています。お悩みの方は1度埜に相談してみてください。



黒田 康成

Kousei
Kuroda

毎回のトレーニングを楽しんで行って頂けるようにサポートしていきます！小さいことでも構いません！お気軽にお声がけください！

私の強み

- ◇ ラグビー歴 8年
- ◇ 現役ラグビーインストラクター
- ◇ トレーニング歴 11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

現在も現役で活躍しているラグーマンです！黒田とのトレーニングは楽しいがモットー！楽しみながら効果を感じてください。



予約サイトはこちら

