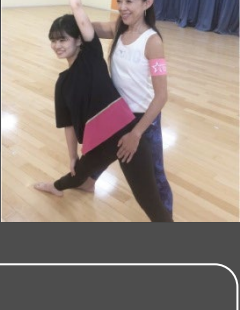
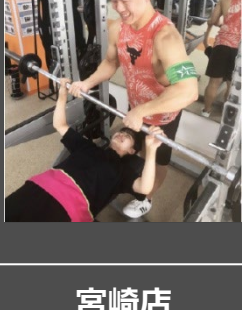
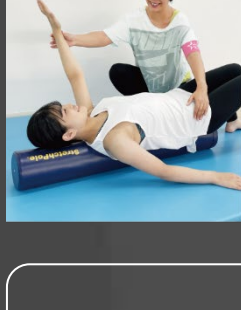




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



宮崎店

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

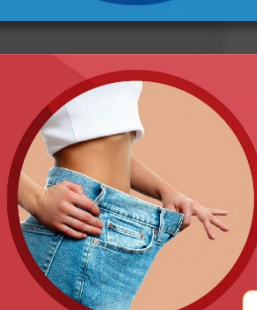


パーソナル スイミング

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



吉澤 拓也

Yoshizawa
Takuya

自身も運動をしなくなり、体重が10kg増えてしまった事もあります。皆様の気持ちが誰よりもわかるトレーナーです！難しい…を、楽しい！に変えるサポートをします！

私の強み

- ◇ トレーナー歴6年
- ◇ RISOBOスコア 81
- ◇ トレーニング歴8年
- ◇ サッカー歴12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
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルスイミング



外山 和美 Kazumi Toyama

私は体を動かすとポジティブになれます。考えや悩みを共有できるトレーナーです。ガイドとサポートをいたします。心も変えて人生を楽しみましょう。！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ ヨガインストラクター歴6年
- ◇ 水中運動指導士
- ◇ ストレッチングトレーナー
- ◇ 全米ヨガアライアンス200取得

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



女性ならではの悩みや目標などをヨガやストレッチ・スポーツの観点からサポートできる女性No1トレーナーです！和やかな性格でなんでも相談できるトレーナーです♪



二羽 竜輝 Ryuki Niwa

あなたの“なりたい”を全力でサポート！！自身の経験や知識から、皆様に寄り添った最適なプランをお届けします！初めての方から上級者の方までご応募お待ちしております！

私の強み

- ◇ ダイエット検定 1級
- ◇ トレーニング歴 5年
- ◇ 野球歴 13年
- ◇ 水泳歴 6年
- ◇ 陸上歴 4年

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ



食事法・トレーニング法を熟知しているトレーナー。不安・悩みに合わせてあなたの求める理想へ近づける最高のトレーナーです！



中平 航太

Kouta
Nakahira

接骨院勤務時にマッサージや
姿勢矯正・フットケア・筋膜リリース
を含む様々な施術を行ってま
いりました。1度の施術でカラダ
の機能の改善を是非感じましょ
う！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 2年
- ◇ 柔道整復師

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



整体の知識は宮崎店No1 !!
肩こり・腰痛など身体の不調
を改善するエキスパートで
す！一度施術を受ければリ
ピート間違い無し！

予約サイトはこちら

