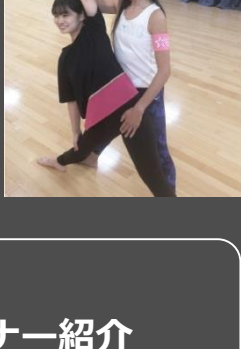
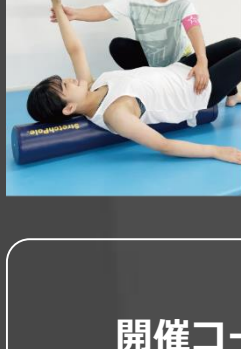




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



千葉中央店

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 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

ボディメイク

筋肉量UP

体力向上



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



久田 健吾

Kenngo
Hisada

休みの日も筋トレを行っている、
筋トレバカです。

ダイエット、筋力アップに悩みが
ある方、私にお任せください。

一緒に体変えましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ トレーニング歴 8年
- ◇ 体脂肪率4%

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



芹生 和樹 Kazuki Sriu

2ヶ月半の減量で-10kgも体重を落とした経験があります。

体作りは将来への投資です！！

私と一緒に楽しくボディメイクしてみませんか？？

私の強み

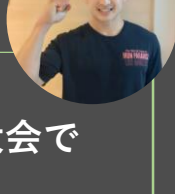
- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ トレーニング歴 6年
- ◇ ベンチプレス最大1RM140kg
- ◇ FWJ主催のフィジーク大会で5入賞

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



FWJ主催のフィジークの大会で5位に入賞しました。

芹生のカラダを見れば信頼度が一気にあがります。

芹生と一緒にパンプアップ！！



伊藤 真理 Mari Ito

トレーニングが大好きで、週5日でトレーニングに励んでおります。

自重トレーニングのことならお任せください！

全力でサポートいたします！

私の強み

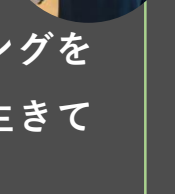
- ◇ トレーナー歴 6年
- ◇ トレーニング歴 7年
- ◇ 陸上競技歴 4年
- ◇ 400mリレー県大会出場
- ◇ 駅伝経験あり

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



毎日、出勤前にトレーニングを欠かさず、ストイックに生きている子です！

自重トレーニングに詳しいので是非、ご相談ください！



原 志保子

Shihoko Hara

日々カラダのメンテナンスのボディワークなどを学んでおります。皆様の為に、全力でサポートさせていただきます！

ヨガが得意です。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 5年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ 専門学校で「ストレッチ実践」の授業を担当。
- ◇ ヨガ専門クラスを担当

担当可能コース

- ☆ パーソナルヨガ
- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



ヨガでは人気を誇っています！トレーニングの知識も豊富なので、是非、ご相談ください！



加藤 亜弓

Ayumi Koto

ボディケアや、ストレッチ、マッサージの専門で活動しています。身体の悩みのある方はいませんか？

まずは、カラダのケアから始めると身体が変わりやすくなりますよ。

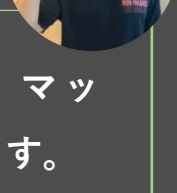
私の強み

- ◇ アロマ検定1級
- ◇ タイ古式ストレッチ
- ◇ 台湾足つぼ
- ◇ ストレッチポール

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ



他社でも、ボディケア、マッサージ専門で活躍しています。日頃から、資格取得に励み、自身のスキルアップを目指しています。

予約サイトはこちら

