







#### 焼津店 開催コース & トレーナー紹介



## 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



# パーソナルスイミング

水慣れ 息継ぎ フォームの修正



痩せる 朝 cvn 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

ナー紹介

#### ANN



#### 初心者の方や運動に慣れていない 方、運動に不安がある方も

頑張りましょう!!

一緒に目標達成に向けて

私が全力でサポートします!!

#### ◇ トレーナー歴 7年目

私の強み

- ◇ トレーニング歴 7年目
- ◇ トレーニング検定 3級
- ◇ トレーニング系の プログラムにて活躍!

#### 担当可能コース

☆ パーソナルトレーニング

☆ 痩せる専門コース



#### 須和部 侑香 Suwabe

皆様のカラダを変えることが 自分の使命だと思っています! 痩せたい、身体を変えたい。 その目標を是非私にご相談くださ い!全力でサポートいたします。

### 私の強み

- 健康運動実践指導者取得  $\Diamond$ 健康運動指導士取得
- トレーナー歴5年目  $\Diamond$
- $\Diamond$ 女性の気になるトレーニング

#### ☆ パーソナルトレーニング

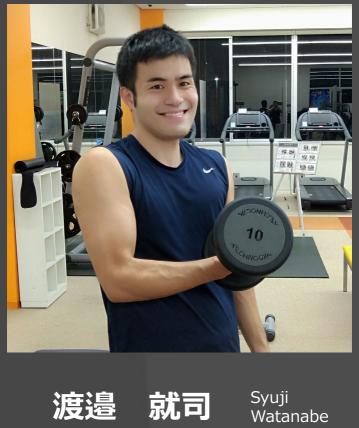
担当可能コース

☆ 痩せる専門コース

#### お客様の為に!を一番に考

店長メッセージ

えているトレーナーです。 自身もトレーニングを実施 し、常に女性らしい身体を 求めています!



#### 自身のトレーニングで 体脂肪10%程度を維持していま

員様一人一人に合ったメニューを 作成してきました!! 私の強み トレーナー歴7年目

す。また、たくさんのホリデイ会

担当可能コース ☆ パーソナルトレーニング

☆ 痩せるパーソナル

◇ 体脂肪10%を維持

店長メッセージ

勤務前後に自分のトレーニン グに励んでいます。 楽しく、効果的な運動をお伝

えできる渡邉におまかせ!

運動初心者の方!

大歓迎です!



# 中山 愛

Nakayama

ョガ・ボディケアの知識を活かし お客様に合ったサポートを していきます。 運動だけでなく、身体のケアで

連動たけでなく、身体のケアで 健康的に理想を叶えましょう!

#### 私の強み ◇ Odaka

- ♦ Odaka Yoga®
- ◇ ITHA ヨガインストラクター1級
- ◇ 全米ヨガアイランス RYT200◇ たまごヨガインストラクター
- ◇ ITM タイ古式 L v 1/Lv2

### ☆ タイ古式マッサージ

担当可能コース

## ヨガやボディケア以外にも

店長メッセージ



多くの資格と知識があり、 お客様に寄り添ったご案内 が出来ます。ぜひ、身体の ケアをしたい方は中山先生 にお任せください。



応用的な点まで様々な技術を学び **4**泳法をマスターしています。

幼少期より基礎的な点から

お応えしていきます。 **私の強み** 

水泳の幅広いお客様のご要望に

## 担当可能コース

☆ パーソナルスイミンン<u>グ</u>

◇ 4泳法マスター

店長メッセージ



長く泳ぐ、早く泳ぐ等の 知識・技術を持ち合わせて おります。水泳の事なら

彼にお任せください。