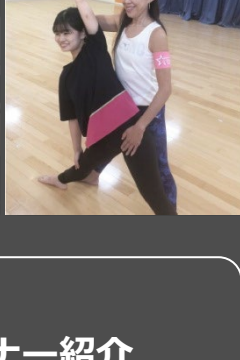
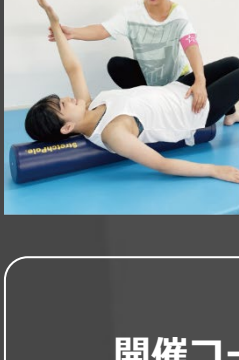




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



福岡古賀店

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



赤木 智幸

Tomoyuki
Akagi

運動で健康に！

楽しく理想のカラダを目指す！を
モットーに最短で効果を出すため

のお手伝いを全力でサポートさせ

ていただきます！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 16年
- ◇ トレーニング歴 16年
- ◇ サッカー歴 30年
- ◇ 体脂8%
- ◇ パーソナル担当実績延べ1000名以上

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
- ☆ パーソナル痩せる専門



藤原 祐介

Yusuke
Fujiwara

気持ちと知識さえあれば、年齢に関係なく誰でも痩せることができます！今後、サポートが無くても自分一人で身体作りが出来る秘訣も一緒に身につけましょう！

私の強み

- ◇体脂肪率 7%
- ◇R I S O B Oスコア 86
- ◇トレーナー歴 4年
- ◇トレーニング歴 5年
- ◇^{2023年}ベストボディジャパン福岡大会3位

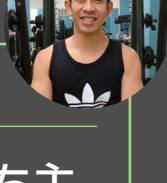
担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナル痩せる専門

店長メッセージ

古賀店NO1の身体の持ち主。自身の身体を作り上げる為、様々なトレーニングや食事を実践しています。

知識がとても豊富です！



濱上 未祐

Miyu
Hamagami

やらされてるトレーニングではなく、やっていて楽しい！
またやりたい！と思える
トレーニングを一緒に行いましょう！理想の自分を目指して、一緒に頑張り、楽しみましょう♪

私の強み

- ◇中学時代メドレーリレー全国6位入賞
- ◇高校・大学時代個人全国大会出場
- ◇水泳歴20年

担当可能コース

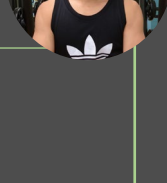
- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナル痩せる専門
- ☆ パーソナルスイミング

店長メッセージ

常に明るく笑顔が素敵なインストラクターです。

スイミングの知識や経験、実績申し分なしです！

安心してご参加いただけます！





赤木 奈美

Nami Akagi

自分自身も理想のボディを目指してトレーニングに励んでいます！
継続するほど身体は変わります！
一緒にメリハリボディを作りましょう！全力サポートします！！

私の強み

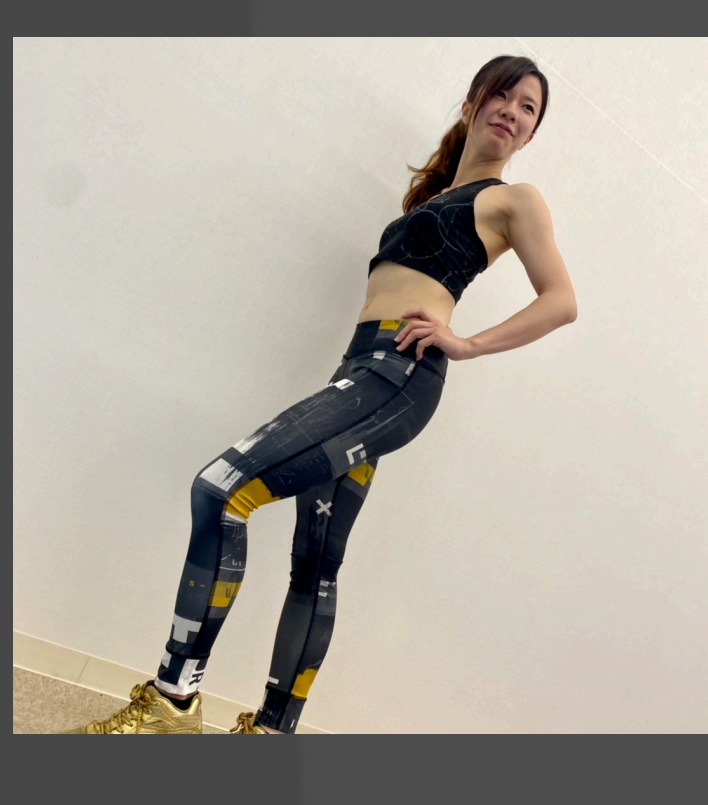
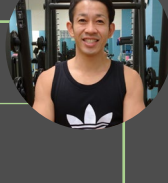
- ◇ インストラクター歴 12年
- ◇ トレーニング歴 6年
- ◇ 調理師免許 保有
- ◇ 体脂肪 16.4%
- ◇ パーソナル実績500名上

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナル痩せる専門

店長メッセージ

自らのトレーニングの経験や知識を伝授します！
女性が気になるダイエット・ボディメイクなどお悩みを解消します！



鈴木 文菜

Ayana Suzuki

トレーニングも一緒に挑めば楽しくなる！一人で挫折そうな心と身体を全力サポートいたします♪
一緒に理想のボディを目指しましょう！

私の強み

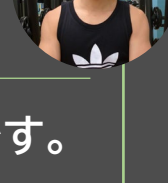
- ◇インストラクター歴 5年
- ◇トレーナー歴 5年
- ◇体脂肪率 17%
- ◇全米ヨガアライアンスRYT200

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナル痩せる専門

店長メッセージ

女性に憧れられる女性です。
皆様の理想がココにあります！身体を変えたい女性の方には特にオススメのトレーナーです。





兼光 美希

Miki
Kanemitu

日々トレーニングに励み、理想的なボディを目指しています。
継続するとカラダは変化します！
一緒に理想的なボディを目指して頑張っていきましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 9年
- ◇ トレーニング歴 11年
- ◇ 水泳歴 28年
- ◇ 体脂肪18.9%

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルスイム
- ☆ 痩せる専門

店長メッセージ



自身の経験や知識を伝授します！女性が気になるダイエットやボディメイクなど様々の悩みを解消いたします。

予約サイトはこちら

