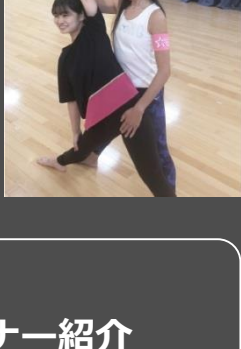
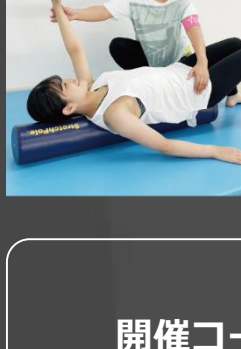




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



鳥取店

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



多田 雄飛

Yuhi
Tada

2年以上同じ方をサポートして
いた経験があり、現在もサポート
してほしいとの声を多数頂きます。
大学時代から今現在までの知識を
フルに使いサポートいたします！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 7年
- ◇ 体脂肪7%
- ◇ 障害者スポーツ指導員初級
- ◇ 大学時代、スポーツリハビリ、
競技力向上サポート経験有

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
- ☆ 痩せる専門コース



木原 昌也

Masaya
Kihara

カッコよくみえる体作りなら
木原にお任せください！
自分自身の減量体験を活かし、
皆様に合ったトレーニングを
ご案内していきます！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 2年
- ◇ トレーニング歴 5年
- ◇ バスケットボール歴 9年
- ◇ 体脂肪10%
- ◇ RISOBOスコア 84

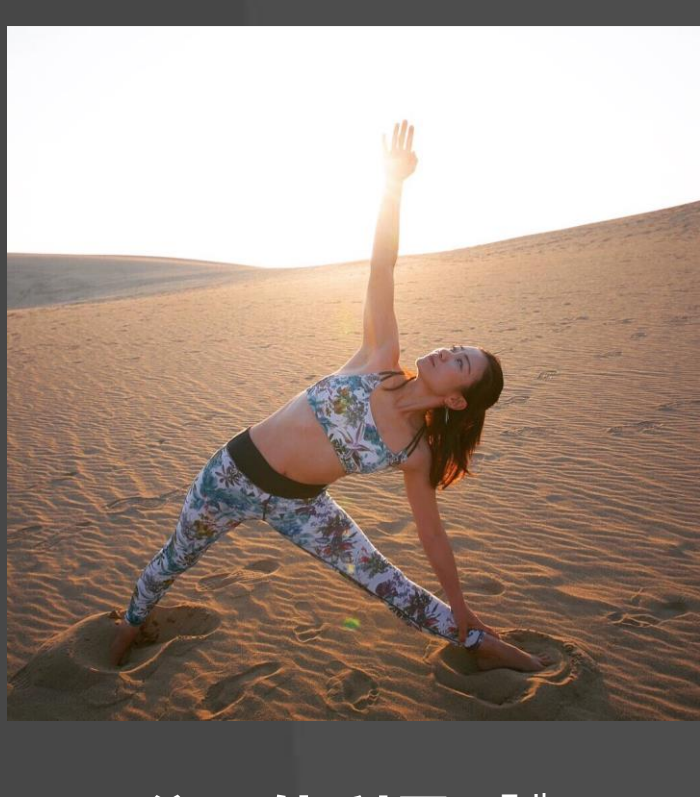
担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ 痩せる専門コース

店長メッセージ



鳥取店No.1ムードメーカーが
トレーニングを楽しくサポート
いたします！トレーニングを
楽しみながらカッコよく見える
体作りをしていきましょう！



石谷 依利子

Eriko
Ishitani

ホリデイ鳥取店の誇る、
ヨガのスペシャリスト！
ヨガ初心者の方から上級者まで、
幅広くサポートいたします！

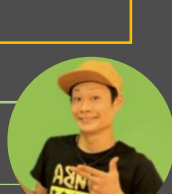
私の強み

- ◇ インストラクター歴 9年
- ◇ ラジヨガ・リストラティブ・SUPヨガ取得
- ◇ ウェービングベーシック1・コア取得
- ◇ 砂丘ヨガプロデュース

担当可能コース

- ☆ ヨガ専門コース
- ☆ 身体機能向上コース

店長メッセージ



鳥取のヨガインストラクターと
いえば、この人！
ヨガを通じ、様々な角度から
皆様をサポート致します。

予約サイトはこちら

