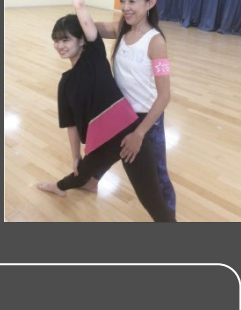
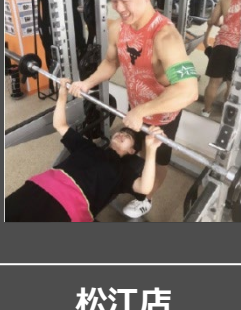
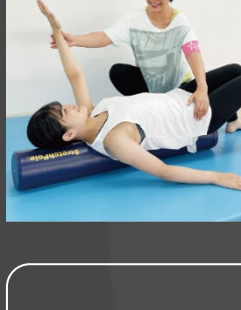




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



松江店

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



野尻 達也

Tatsuya
Nojiri

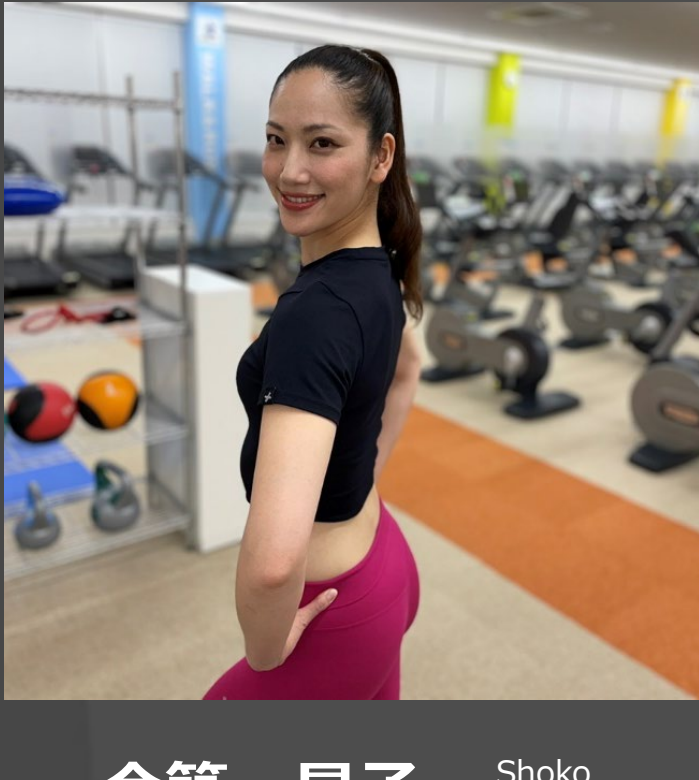
学生時代から長い年月をかけて
培ったトレーニングや栄養の知識
と指導実績、資格を活かし皆様の
目標をサポート！夢を叶えて人生
をHAPPYに！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 15年以上
- ◇ 陸上競技歴 10年
- ◇ トレーニング検定2級
- ◇ 体脂肪率 7%
- ◇ 食生活アドバイザー2級

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



金築 晶子

Shoko
Kanetsuki

身体を整えると色々挑戦したい
気持ち、パワーが生まれます！
気持ちもスタイルも上向きに！

ボディメイクやボディケアを
一緒に楽しみましょう！

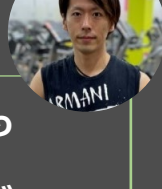
私の強み

- ◇ 全米ヨガアライアンスRYT200
- ◇ ADI（エアロビクス系資格）
- ◇ ストレッチポールベーシックセブン
- ◇ トレーナー歴 10年以上
- ◇ 水泳歴 20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
- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



ストレッチポールの資格や
ヨガの資格を取得し、ボディ
メイクでもリピーターが多く
幅広いジャンルでサポートが
できます！



石破 潤子

Junko
Ishiba

何気なく始めたヨガで身体や心の
変化を私自身が感じています。
ヨガは身体が硬くても大丈夫。
ヨガで感じる幸福感を一緒に感じ
ましょう！

私の強み

- ◇ アシュタンガヨガ指導員
- ◇ IYYCハタヨガ講師
- ◇ バレエヨガインストラクター
- ◇ IYCキレイになるヨガ

など、多数の資格あり

担当可能コース

- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



ヨガに対して一生懸命。
ヨガを学びたい、高めたい人に
一生懸命。

石破があなたの今のレベルに
合わせ丁寧に指導します。



井上 恵子

Keiko
Inoue

実はヨガが苦手だった私がヨガで
体質を変えることができました。
ヨガの懐の深さをぜひ皆さまにも
お伝えしていければと思います。

私の強み

- ◇ 機能改善インストラクター
 - ◇ チャクラヨガインストラクター
 - ◇ 笑いヨガインストラクター
 - ◇ コアコンディショニング
- など、多数の資格あり

担当可能コース

☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



所々に笑いを交えながら
楽しく進めていきます。
ヨガ以外にもトレーニングや
コンディショニングの知識も
豊富です！

予約サイトはこちら

