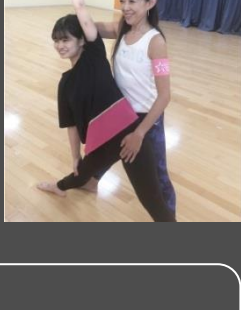
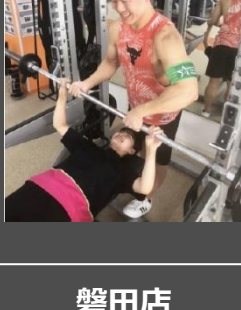




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



磐田店

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



藤澤 雄太

Yuta
Fujisawa

様々な方へのご案内を行ってきた
トレーナー歴10年の経験を活かし、
お客様の目標達成に向けての
サポートをいたします。

ご相談は私にお任せください！！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 11年
- ◇ トレーニング歴 11年
- ◇ 体力トレーニング検定2級
- ◇ JDAC認定ダンス指導員2級
- ◇ バスケットボール歴10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
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ パーソナルスイミング



藤田 浩美

Hiromi
Fujita

ヨガの勉強、そしてプログラム構築で得た運動生理学の知識をすべて使い、皆様の身体を変えるためのサポートを行います。私と一緒にトレーニングを始めましょう！

私の強み

- ◇ インストラクター歴 22年
- ◇ トレーニング歴 22年
- ◇ パワーヨガ、iycヨガアシュタンガヨガ 資格取得
- ◇ 体脂肪率 14%

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング
- ☆ パーソナルヨガ

店長メッセージ



人体の仕組みを理解しているスペシャリスト！また優しさも磐田店随一。まずはお気軽にカラダの悩みをご相談ください。



飯田 奈緒美

Naomi
Iida

ホリデイ勤務前にも15年間トレーナーとしてお客様のトレーニングをサポートしてきました。

目標達成のために知識だけでなく経験則も踏まえご案内します。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 15年
- ◇ トレーニング歴 17年
- ◇ インストラクター歴 21年
- ◇ 筋肉量 35.1kg
- ◇ 健康実践指導者

担当可能コース

- ☆ パーソナルトレーニング

店長メッセージ



お客様とまっすぐ向き合う姿勢に飯田先生の真面目さが伺えます。皆様のカラダの悩みに寄り添ってサポートしてくれること間違いなし！



松本 奈美

Nami
Matsumoto

学生時代からトレーニング・
栄養学など勉強してきました！
目的に合ったトレーニングを提供し、
皆様が一緒に頑張れるよう
サポート致します！

私の強み

- ◇ インストラクター歴 29年
- ◇ トレーニング歴 20年
- ◇ スローエアロビック指導員

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

インストラクター歴29年の知識と経験でどなたにもピッタリなトレーニングを導きます。どんな些細なことでも松本にご相談ください。



予約サイトはこちら

