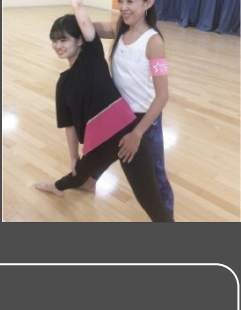
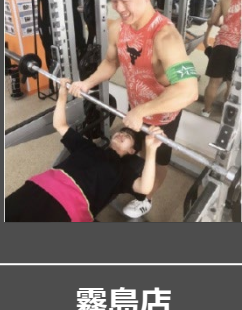
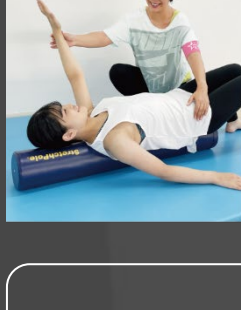




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



霧島店

開催コース & トレーナー紹介

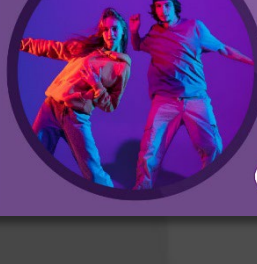


パーソナル ストレッチ

疲労回復

柔軟性UP

運動効果UP

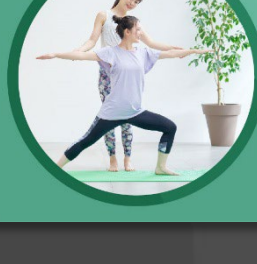


パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ



パーソナル ヨガ

正しい姿勢

深い呼吸

集中力向上

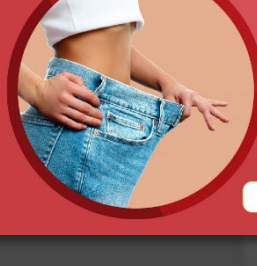


パーソナル スイミング

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



樋口 貴史

Takashi
Higuchi

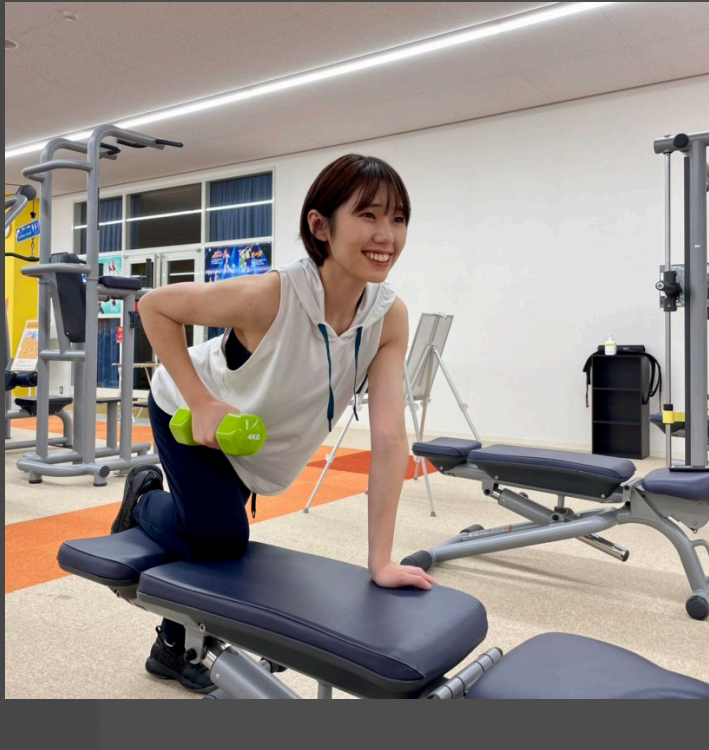
運動を楽しみながら成果を上げる！をモットに効率よく最短で成果を出す為、そして日々の健康ライフを過ごしていただく為、全力でサポートいたします。

私の強み

- ◇ トレーナー歴 15年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ 野球歴 10年
- ◇ 体脂肪 9%
- ◇ R I S O B Oスコア 86

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ 痩せる専門



福元 夏帆

Natsuho
Fukumoto

学生時代から学んできた知識や実際に経験した事を最大限に活かして、皆さんの目標達成のお手伝いをさせていただきます！一緒に楽しみながら頑張りましょう！

私の強み

- ◇ トレーナー歴 3年
- ◇ トレーニング歴 3年
- ◇ パーソナルメニュー作成 多数

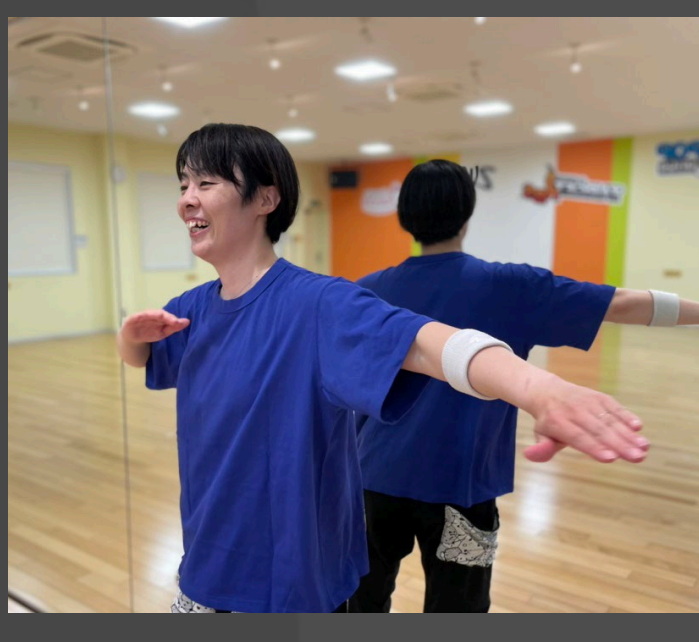
担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ パーソナルダンス
- ☆ 痩せる専門

店長メッセージ



くじけそうな時も持ち前の明るさそして笑顔でサポートしてくれます！楽しく成果を出したい方・笑顔で頑張りたい方へオススメいたします。



樋口 あすか

Asuka
Higuchi

その日のカラダの状態に合わせてベストの運動をご提案し効果へと導いていきます。健康的なカラダを一緒に作りましょう。

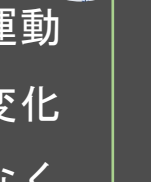
私の強み

- ◇ トレーナー歴 15年
- ◇ トレーニング歴 10年
- ◇ ストレッチポールベーシック
インストラクター 保有

担当可能コース

- ☆ パーソナルストレッチ
- ☆ 痩せる専門
- ☆ ヨガ専門

店長メッセージ



カラダの状態に合わせて運動を提案し多くの方々を変化させてきました。無理なく効率的に運動がしたい方、ぜひご相談ください。



中村 幸

Miyuki Nakamura

1人1人のカラダの状態に合わせて効果的なポーズを選択します！理想のボディを目指しながら心穏やかに、身体健やかになるお手伝いいたします！

私の強み

◇ yoga sun-tha認定
インストラクター

◇ 健康運動指導士

◇ GFIエグザミネー

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ

☆ 痩せる専門

☆ ヨガ専門

店長メッセージ



知識、経験は店舗No.1です。
1人1人の状態を見極め
アナタを健康へと導いてくれます。ぜひご相談ください。



前村 暢子

Nobuko Maemura

骨盤周辺の運動に関して、カラダの不調等の改善実績があります。この経験を活かしてカラダのメンテナンスや健康のお手伝いいたします。

私の強み

◇ AFAA ピラティス

◇ AFAA ヨガ

◇ ボディメンテナンス

◇ 健康運動指導士

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ

☆ 痩せる専門

☆ ヨガ専門

店長メッセージ



骨盤周辺のトレーニングやメンテナンスについて詳しく多くの方々の不調を改善してきました。カラダの不調を感じている方はご相談ください。

予約サイトはこちら

