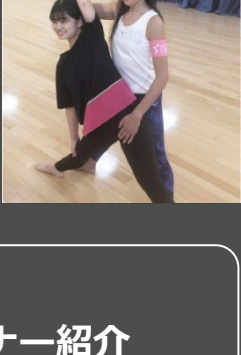
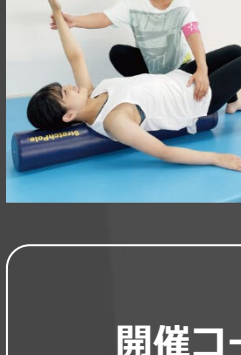




あなたの「なりたい」を叶える。

PERSONAL TRAINING



防府店

開催コース & トレーナー紹介

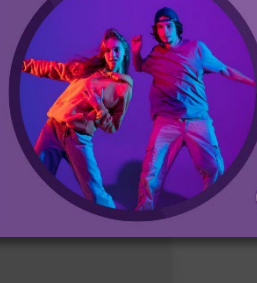


パーソナル ストレッチ

疲労回復

柔軟性UP

運動効果UP

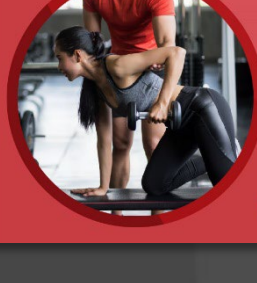


パーソナル ダンス

リズム基礎

振付け習得

スキルアップ

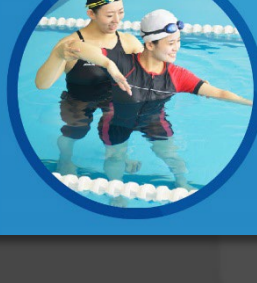


パーソナル トレーニング

ボディメイク

筋肉量 UP

体力向上



パーソナル 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



栗栖 優香

Yuka
Kurusu

身体を動かすことの楽しさ、ダンスの面白さ、それを精一杯伝えていきます。私と一緒に踊って楽しく運動をしていきましょう！！

私の強み

- ◇ ダンス歴4年
- ◇ 現在 ELight 担当

担当可能コース

☆ パーソナルダンス



秋定 直弘

Naohiro Akisada

「身体を変えたい」という皆様の想いに寄り添い、一人一人に合わせたサポートを誠心誠意行っていきます。自身の経験、知識を活かし、丁寧にお伝えいたします。

私の強み

◇ 筋トレインストラクター 資格保有

◇ ダイエットアドバイザー 資格保有

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

自身でトレーニングを2年行っており、トレーニングや食事に関する知識が豊富です！

お客様に合わせたご案内は秋定にお任せください！



湯川 悠佳

Yuka Yukawa

身体について勉強していく中で、自分自身の身体づくりに向き合うようになりました。持ち前の明るさでお客様に楽しい時間を過ごしていただけるようサポートいたします！

私の強み

◇ ベーシックインストラクター資格保有

◇ 陸上歴6年

担当可能コース

☆ パーソナルストレッチ

店長メッセージ

防府店のスタッフリーダーです。元気と優しさの塊です。体の悩みや、疲れを感じたら湯川にお任せください。心も身体もすっきりします！

予約サイトはこちら

