

あなたに合わせたパーソナルトレーニング



	月曜	火曜	水曜	木曜	土曜	日曜	
9:00							9:00
9:30							9:30
10:00	井上	茂木	大石	仲田	井上		10:00
10:30	池田	大石	池田	渡部	岩下		10:30
11:00	鈴木	井上	井上	鈴木	藤村		11:00
11:30	細谷	仲田	鈴木	渡部	鈴木		11:30
12:00	渡部	鈴木	渡部	細谷	渡部		12:00
12:30		井上	足立	井上	岩下		12:30
13:00		茂木	藤村	井上	岩下		13:00
13:30		平安山	池田	井上	岩下		13:30
14:00			池田	井上	岩下		14:00
14:30			池田	井上	岩下		14:30
15:00			池田	井上	岩下		15:00
15:30			池田	井上	岩下		15:30
16:00			池田	井上	岩下		16:00
16:30			池田	井上	岩下		16:30
17:00			池田	井上	岩下		17:00
17:30			池田	井上	岩下		17:30
18:00			池田	井上	岩下		18:00
18:30			池田	井上	岩下		18:30
19:00			池田	井上	岩下		19:00
19:30			池田	井上	岩下		19:30
20:00	石原		渡部	井上			20:00
20:30			渡部	井上			20:30
21:00			渡部	井上			21:00
21:30			渡部	井上			21:30
22:00			渡部	井上			22:00
22:30			渡部	井上			22:30
23:00			渡部	井上			23:00

氏名	細谷 聡	西垣 拓也	渡部 工兵	岩下 洋太	鈴木 メリム	茂木 遼	田中 哲生	石原 陽一	足立 晃子	仲田 拓子	池田 彩子	藤村 陽子	井上 剛	大石 麻由子	平安山 紗来
ランク	マスター	エキスパート	エキスパート	エキスパート	エキスパート	エキスパート	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル	パーソナル
種目	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング
得意分野	専門性の高い スポーツコンディショニング	ゴルフパフォーマンス向上	ボディメイク・筋力向上	機能・動作改善	機能改善	機能改善	腰痛改善	機能改善	ボディメイク	機能改善	機能改善	機能改善	機能改善	機能改善・筋力向上	機能改善
新入会体験	無し	無し	無し	有り	無し	有り	有り	有り	無し	有り	無し	無し	有り	有り	有り

料金プラン

60min	90min	120min	30min
1回 7,700円~	1回 11,550円~	1回 15,400円~	1回 3,850円~

シェイプアップ | 健康維持向上 | スポーツパフォーマンス向上 | ボディメイク | 身体機能改善

カウンセリング

筋肉のバランスや姿勢の歪みを分析

修正アプローチ

姿勢改善+バランス調整による動きやすいカラダづくり

メイントレーニング

動きやすくなったカラダでトレーニング。自分の力で調整する能力をUP!



ご予約はこちらから

