

パーソナルトレーナー 自己紹介

保有資格・経歴

- ・全米ストレングス&コンディショニング協会
認定パーソナルトレーナー
- ・ファンクショナルローラーピラティス
アドバイスインストラクター
- ・予防運動指導士

得意分野

- ・機能改善(肩痛、腰痛、膝痛、肩凝り)
- ・姿勢改善
- ・歩行指導



岩田 雅美

MASAMI IWATA

お客様へメッセージ

初回のお客様は、30分程カウンセリング時間がかかります。
身体は癖や習慣から来る左右差や歪みが許容範囲を超えると
肩凝り・腰痛・膝痛などの痛みの原因になります。
身体を評価し、身体の軸や正しい姿勢を作り機能改善を
目指すエクササイズを提供させていただきます。

	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
月											
火											
水											
金											
土											
日											



・・・予約可能時間



・・・予約不可

※



の時間であってもトレーナーの都合により出勤がない場合もございます。



近江
OHMI

パーソナルトレーナー 自己紹介

保有資格・経歴

- ・ BFR トレーナー (加圧)
- ・ NASM-CPT
- ・ ITT マットピラティス
- ・ TRX



TRX

得意分野

- ・ ピラティスを取り入れた姿勢改善
- ・ 1回あたり短時間、全身トレーニング
- ・ 身体の機能改善

お客様へメッセージ

病院での加圧を利用したリハビリ指導や
身体の機能改善トレーニングなど様々なアプローチで
 皆様の身体のお悩み解決をサポートさせていただきます。
 身体に関するお悩みは一人で悩まず、是非一度お気軽に
 ご相談ください！

TRXを利用したトレーニングも実施可能です。

	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
月											
火											
水											
金											
土											
日											



・・・予約可能時間



・・・予約不可

※



の時間であってもトレーナーの都合により出勤がない場合もございます。

パーソナルトレーナー 自己紹介

保有資格・経歴

- ・ NESTA-PFT
- ・ NESTA認定ウィメン45+スペシャリスト
- ・ NESTA認定糖尿病予防スペシャリスト
- ・ NESTA認定ゴルフコンディショニングスペシャリスト

得意分野

- ・ 腰痛改善
- ・ 膝痛改善
- ・ ゴルフパフォーマンス向上(飛距離アップ)



佐藤 慶太

KEITA SATO

お客様へメッセージ

人生を楽しくするために、いつでもやりたい事ができたらいいですね？

そのためには**いつでも行動できる身体**が必要です。

「あの服が着たいなあ」「旅行に行きたいけど膝が痛くて…」

「ゴルフしたいけど腰痛が…」 などなど。

やりたいことができる身体づくりはお任せください！

	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
月											
火											
水											
金											
土											
日											



・・・予約可能時間



・・・予約不可



※ の時間であってもトレーナーの都合により出勤がない場合もございます。



NARI

パーソナルトレーナー 自己紹介

保有資格・経歴

- ・医療系国家資格 柔道整復師
- ・都内大手整骨院 院長(歴代最年少)
- ・JATI認定トレーニング指導者
- ・元大学男子ラクロス部ベッドトレーナー

得意分野

- ・痛み・不調の原因を瞬時に見抜く診断
- ・あなたに必要なあなただけのセルフケアの紹介
- ・スポーツパフォーマンスUPのトレーニング

お客様へメッセージ

直らない痛みは気づかぬ内に作り上げた身体の癖が原因。
 これは治療とトレーニングで改善できます。
 今まで述べ40,000人以上の身体を治療・トレーニング指導。
 確かな知識と技術であなたの悩みを解決します。

	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
月											
火											
水											
金											
土											
日											



・・・予約可能時間



・・・予約不可



※ の時間であってもトレーナーの都合により出勤がない場合もございます。

パーソナルトレーナー 自己紹介

保有資格・経歴

- ・ NESTA認定パーソナルフィットネストレーナー
- ・ モビリティケア ベーシックコンディショナー
- ・ TRXサスペンショントレーナー
- ・ 2021スーパーボディコンテスト日本大会出場

得意分野

骨格調整とトレーニングを組み合わせ

- ・ 日常生活や運動中に生じる痛みの改善
- ・ 猫背/反り腰の改善
- ・ 脚や腕などの部分痩せの実現



西村 海

KAI NISHIMURA

お客様へメッセージ

〈身体を変えたいなら、まずは整った骨格作りから〉
人間の骨格は日常動作を繰り返すことで歪んでいきます。骨盤の歪みはあなたの身体に様々な悪影響を与えますが筋トレやレッスンだけで骨格の歪み改善は難しいです。
手技による骨格調整とトレーニングの2つで骨格を整えてあなたの抱える悩みを不安を必ず解決します！

	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
月											
火											
水											
金											
土											
日											



・・・予約可能時間



・・・予約不可



※ の時間であってもトレーナーの都合により出勤がない場合もございます。