

# 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くる左右差や歪みが  
許容範囲を越えると(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。

# パーソナルトレーナー 自己紹介



**近江**  
OHMI

## 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りリハビリ指導や  
**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  
 ご相談下さい！  
 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認定ウイメン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  
できたらいいですよね？

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ツドトレーナー

## 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

治らない痛みは気付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出来ます。  
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



## 西村 海

Kai Nishimura

### 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

- ・関節の痛みや詰まりの改善
- ・インナーマッスルから鍛える姿勢改善
- ・部分痩せでメリハリのあるボディメイク

### お客様へメッセージ

書籍やYouTube、SNSなどで簡単に情報を得られる時代ですが、今のあなたが抱える**問題の解消法をダイレクトにお伝えするのがパーソナルトレーナーでありパーソナルトレーニングです**。あなたのお悩みを解決するあなただけのプランを提案、提供しますので、是非一緒にパーソナルトレーニングを始めましょう！！

	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。