

STAFF PERSONAL TRAINER

Ajiki
安食



料金

- ・パーソナルトレーニング60分 6,600円 (税込)
- ・パーソナルトレーニング90分 9,900円 (税込)
- ・加圧サイクルトレーニング30分 3,300円 (税込)

経歴

- ・柔道整復師 (国家資格)
- ・認定加圧トレーナー
- ・PRI Myokinematic Restratorion
- ・ナボソ ニューロセンサリーSpc.
- ・Best Performance Laboratory MEPP I 修了
- ・ピラティス-Synthesis マット、チェア、リフォーマー、タワー
- ・コンプレフロス EasyFlossing Level1
- ・アダプベースベーシックトレーナー

競技

- ・野球
- ・フィジーク、クラシックフィジーク

トレーニング例

- ・トレーニング初心者
- ・ダイエット
- ・コンディショニング
- ・ボディメイク

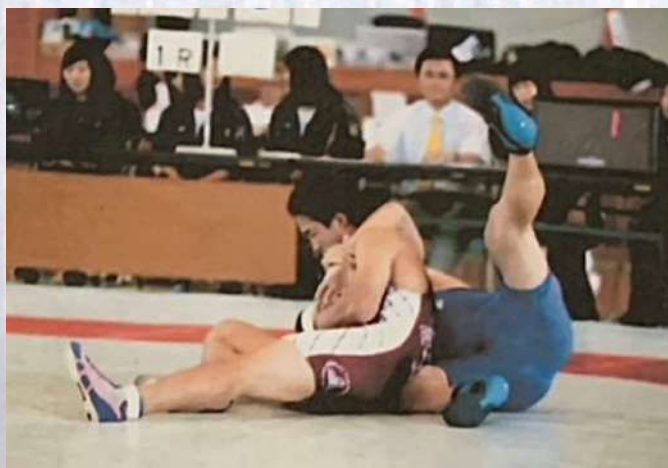
コメント

- ・皆様の身体がパフォーマンスアップできるようにサポート致します。

STAFF PERSONAL TRAINER

Furukawa

古川



料金

- ・パーソナルトレーニング30分 3,850円（税込）
- ・パーソナルトレーニング60分 7,700円（税込）
- ・パーソナルトレーニング90分 11,550円（税込）

経歴

- ・ゴールドジムアカデミー修了
- ・JATI - ATI（日本トレーニング指導者協会認定トレーナー）
- ・認定加圧トレーナー



競技

- ・レスリング 10年
- ・日本拳法 1年

トレーニング例

- ・筋力アップ ○パーソナルトレーニング24時間対応可
- ・ダイエット ○トレーニング初心者歓迎
- ・競技力アップ

コメント

それぞれの目的や特性に合ったトレーニングをご案内させていただきます。
とくに筋力アップを目的とした指導を得意としています。
深夜、早朝のご依頼にも対応可能です。

STAFF PERSONAL TRAINER

Kimura
木村



料金

- ・パーソナルトレーニング60分 7,700円(税込)
- ・パーソナルトレーニング90分 11,550円(税込)
- ・加圧サイクルトレーニング30分 3,300円(税込)

経歴

- ・ゴールドジムアカデミー修了
- ・認定加圧トレーナー

競技

- ・サッカー10年
- ・ボディビル2年 2026年東京クラス別選手権大会70kg以下級5位

トレーニング例

- ・筋力アップ
- ・トレーニング初心者
- ・ダイエット
- ・リハビリ
- ・コンディショニング

コメント

皆様のトレーニングをサポートさせていただきます。
目標を決めて一緒に達成しましょう！

STAFF PERSONAL TRAINER

Kagemori

影森



料金

- ・パーソナルトレーニング30分 3,300円 (税込)
- ・パーソナルトレーニング60分 6,600円 (税込)
- ・パーソナルトレーニング90分 9,900円 (税込)

経歴

- ・ゴールドジムアカデミー修了

競技

剣道10年 トレーニング10年
ウェイトリフティング
パワーリフティング

トレーニング例

- ・美尻 ヒップアップ
- ・コンディショニング
- ・筋量アップ
- ・食事管理
- ・モチベーションアップ

コメント

トレーニング好きが高じてトレーナーになりました。
数々のダイエットやトレーニングに失敗してきた経験を皆さんと分かち合えれば
幸いです。女性特有の問題で悩まれている方や、まだ一人でトレーニングするのが
不安な方と一緒に頑張りましょう！特にヒップアップが得意です！

STAFF PERSONAL TRAINER

Kihara

木原



料金

- ・パーソナルトレーニング30分 3,300円 (税込)
- ・パーソナルトレーニング60分 6,600円 (税込)

経歴

- ・ゴールドジムアカデミー修了
- ・NESTA-PFT

競技

- ・陸上競技6年
- ・ウェイトトレーニング6年

トレーニング例

- ・コンディショニング
- ・ダイエット
- ・筋量アップ

コメント

効果的で楽しく継続できるトレーニング指導で皆様のフィットネスライフのサポートをさせていただきます。一緒に頑張っていきましょう。
お気軽にお声掛けください。

STAFF PERSONAL TRAINER

Shimizu
清水



料金

30分 ¥3,300 (税込) 60分 ¥6,600 (税込) 90分 ¥9,900 (税込)

経歴

健康運動実践指導者 ボディコンテスト優勝経験あり

競技

ボディコンテスト パワーリフティング

トレーニング例

ボディメイク 筋肥大 減量 健康増進
トレーニングメニュー作成

コメント

身体作りをしたい方、健康増進が目的の方、BIG3を伸ばしたい方、目的に合わせてご案内させていただきます。お気軽にご相談ください。