



ASUKA YAMAUCHI

山内 明日香

いきなり鍛える前の整えるを専門に行なってます。
オフィスワーカー向け腰痛・肩こり予防改善。
鍛える前に整えることで姿勢を良くし可動域を上げていきます。

【得意分野】若返り 姿勢・機能改善 ストレス解消

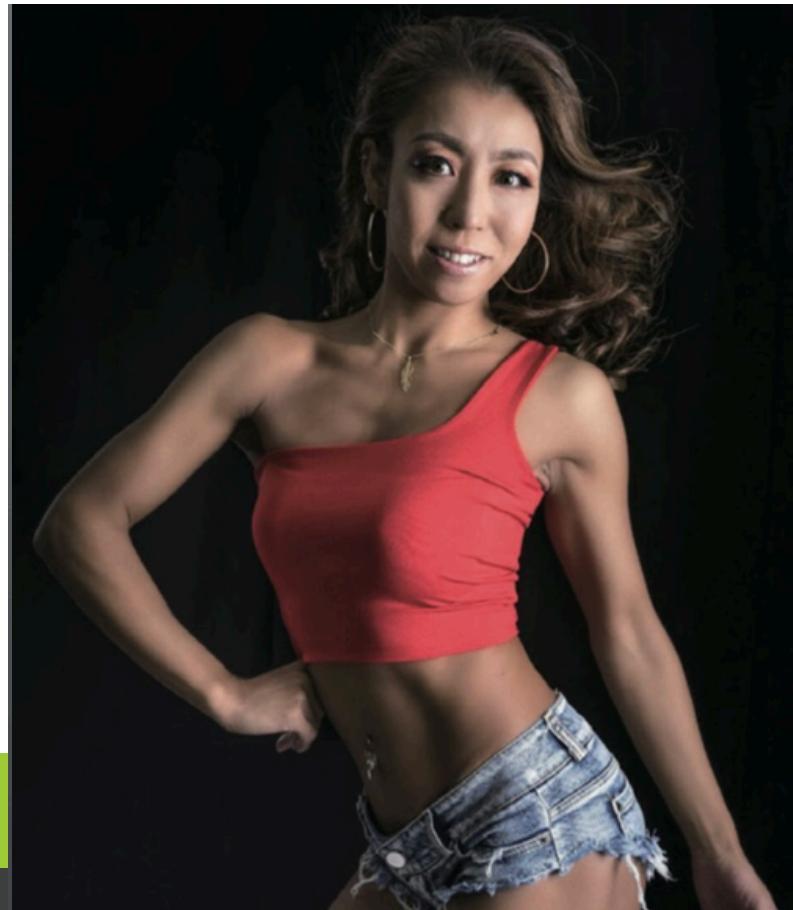
【資格】

- JHCA フィジカルコンディショナー
- 介護予防運動指導員

【実績】

- コンディショニング指導15年
- コンディショニングスペシャリスト

P E R S O N A L T R A I N E R



KEIKO ISAKA

井坂 敬子

体が変われば心が変わる 心が変われば人生が変わる」
変わりたい！という思いを全力でサポートさせていただきお一人
お一人の人生が更に良くなるお手伝いをさせていただきます。
どうぞ宜しく御願い致します。

【得意分野】スリムBody ボディメイク ダイエット

【トレーナー歴10年】

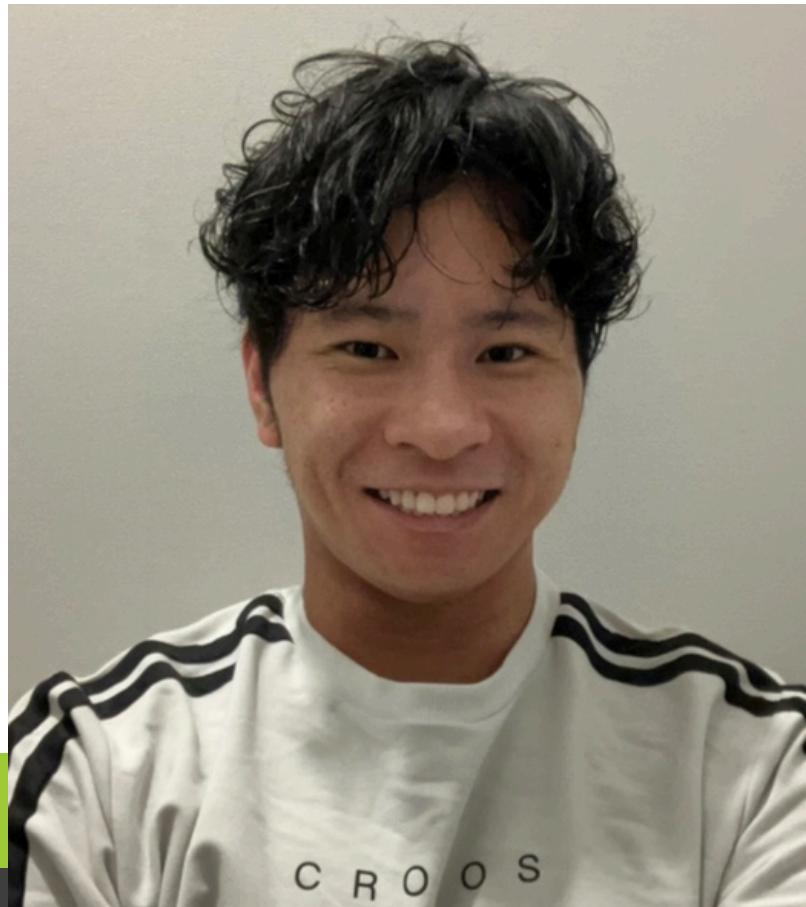
某大手スポーツクラブにて指名率No.1。1500名以上のダイエット、
ボディメイク指導実績あり。成功率90%以上！

【グループレッスン担当15年】

ピラティス、ZUMBA、筋トレ系など。

【ボディビル競技の現役ビキニカテゴリーの競技者9年目】
優勝2回、準優勝、入賞多数。

P E R S O N A L T R A I N E R



RYOTA HAYASHI

林 亮太

なぜ肩こりになるのか？なぜ理想のボディラインにならないのか？
その「なぜ」を分かりやすくお伝えします。
意識して自分で動けなければ意味がありません。
ウェイト＆ピラティス＆スタジオインストラクターの指導経験から、年齢を重ねても
美しく健康で疲れない体つくりを納得できるまでお伝えさせていただきます。

【得意分野】 若返り 姿勢・機能改善

某全国パーソナルジムにて予約数全国No.1に輝く

■指導資格

NESTA-PFT PHI ピラティスコンプリヘンシブインストラクター
(マット、プロップス、バレル、チェア、リフォーマー、タワー、フルイクリップメント
指導者資格) TRX サスペンショントレーナー TRX リップトレーナー
元レスミルズボディアタック インストラクター
ダイエット検定1級 プロフェッショナルアドバイザー

P E R S O N A L T R A I N E R



TATSUNORI MURAI

村井 達則

正しいフォームや動作をといねいに指導し、怪我のない安全なトレーニングを大切にしています。

体の仕組みに基づいたアプローチで、皆様が安心して楽しくトレーニングを続けられる環境を作っていきます。

【得意分野】ボディメイク スポーツパフォーマンス向上

【実績】

パーソナルトレーナー歴8年、2019年 BEST BODY JAPAN Mr.Personal Trainer準グランプリ、
2022年 BEST BODY JAPAN Mr.Personal Trainer Finalist

P E R S O N A L T R A I N E R



SEIYA TOMIYAMA

富山 星夜

結果を出すのはもちろん、トレーニングの楽しさを1人でも多くの方に知ってもらえるような指導を心がけています。
お客様全員から期待以上の満足感を実感していただいてます！
ダイエット、美容、健康に特化した食事指導もお任せください！

【得意分野】スリムBODY ボディメイク

【実績】

パーソナルトレーナー歴5年
ピラティスインストラクター歴3年

P E R S O N A L T R A I N E R



NORITSUGU OKADA

岡田 規嗣

特にボディメイク・ダイエットが得意です！
何から始めたらいいかわからない方、なかなか1人じゃ続かない方、
自分を変えたい方。
全力でサポートいたします！！お待ちしております！！

【得意分野】ボディメイク ダイエット バルクアップ

【実績】

フィジーク大会 出場歴4年 現在も挑戦中！！
パーソナルトレーナー歴 5年