P E R S O N A L　T R A I N E R

HARUKA KANAME

要 晴香

運動が初めての方や、久しぶりに身体を動かす方も大歓迎です。フォームや強度を丁寧に調整しながら、体力アップや姿勢改善など今のあなたに合ったトレーニングをご提案します。小さな変化を積み重ね、自信につながる時間を一緒につくっていきましょう！

【得意分野】ダイエット　ストレス解消　姿勢・機能改善

【実績】
地域での運動指導歴20年以上
「無理なく続く×きちんと変わる」を継続サポート

P E R S O N A L　T R A I N E R

KOTA MORIMOTO

森本 功太

柔道整復師（医療国家資格）を保有しています。
ケガをしにくい身体づくりと、正しいフォーム指導を大切にしています。初心者の方や、身体に不安のある方も安心してご相談ください。

【得意分野】ボディメイク　ダイエット　バルクアップ　姿勢・機能改善

【実績】
柔道整復師