



TORU OKADA

岡田 融

ジムに入会したけれど、何から始めればいいのかわからない。マシンの使い方が不安。そんな初心者の方こそ大歓迎です。基礎から丁寧に、フォーム・回数・メニューの組み立てまでわかりやすくサポートします。自己流で遠回りするより、正しく始めて最短で変わります。一人では不安な最初の一歩を、安心してお任せください。

【得意分野】 ボディメイク ダイエット 姿勢・機能改善 ストレス解消 若返り

【実績】

- ・パーソナルトレーナー歴8年
- ・2025JBBF香川県大会メンズフィジーク172cm以下級4位