

入会したけど何から始めていいかわからない初心者の方や、
なかなか結果が出ず悩んでいる方。
よりレベルアップしたい上級者の方まで幅広く受け付けております。

ただ鍛えて筋肉をつけるだけではなく、正しい体の動かし方を学び、
自身の体と向き合えるフィットネスライフを一緒に身に付けましょう。

ボディメイク、コンディショニング、機能改善、
食事アドバイス、スポーツパフォーマンスアップ等、どんなご要望にも対応します。



プレミアムパーソナルトレーナー

玉置 謙親

保有資格

- ・ **N A S M - P E S** (パフォーマンス・エンハンスメント・スペシャリスト)
- ・ **N S C A - C P T** (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
- ・ **V I P R** 認定インストラクター
- ・ **F M S** **L E V E L 1&2** プログラム修了
- ・ **B P L** **M E P** **P H A S E 1&2** プログラム修了