NASパーソナルトレーナー

Yuki　Ota

太田　祐宇樹

PROFILE

・大手スポーツクラブやプライベートジムにて
「運動嫌いの方でも効率の良い身体作りの運動法」を初心者の方を中心に年齢や性別を関係なく幅広く指導を行うベテランパーソナルトレーナー。
・スポーツの専門学校にて非常勤講師実施。TBSのダイエット企画に2度出演。
・厚生労働省公認　健康保険促進団体にてボランティア活動に携わる。

~戦績~
・2006年ホノルルマラソン 完走
・2010年江戸川オープンボディビル選手権大会 優勝
・2011年東京クラス別ボディビル選手権大会 60kg級 優勝
・2011年関東 クラス別ボディビル選手権大会 60kg級 優勝
・2011年東日本ボディビル選手 60kg級 優勝
・2012年東日本ボディビル選手権 65kg級 優勝
・2012年グアム親善ボディビル選手権 日本代表選手として出場
・2013年グアム親善ボディビル選手権 バンタム級 優勝

MESSAGE

変わりたいと思った今が最高のチャンス!!

「継続は力なり」という言葉は聞いたことがあるけれど多くの人が様々な理由で継続出来なかった経験があるのではないでしょうか？

情報のあふれる今の時代、正しく効率的なトレーニングを続ける事が一番結果に繋がりトレーニングの習慣化や小さな目標達成、成功体験をすることで人生が豊かになる可能性が高くなると考えております。

ご自身の体の特徴に合ったトレーニングプランと生活環境に合わせた栄養指導でこれからのボディメイクを徹底してサポート致します。

PRICE

初回20分体験	無料
30分	4,290円
50分	7,150円
50分×4回	26,000円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載価格はお支払い総額となります。

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー

Natuki　Mouri

毛利　夏希

PROFILE

・全国高校サッカー選手権岐阜県大会2位

~戦歴~
2017
MID JAPAN championship
mens physique-170 2位

2019
mens physique-170 2位

MESSAGE

今までに得た知識や大会での実践経験を
活かし、お客様一人一人に合った
「トレーニング指導」「食事指導」を提供します。
まずは、無料体験とカウンセリングで
お悩みを是非ご相談ください。

PRICE

初回20分体験	無料
50分	7,150円
50分×4回	26,000円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載価格はお支払い総額となります。

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー

KANA

PROFILE

~経歴~
指導歴11年。学生時代はテニス、卒業後はダンス、水泳を経験
現在、フィットネスクラブ・企業・就労移行施設などで活動中。

~資格~
・健康運動実践指導者
・ピラティスインストラクター
・バレトンインストラクター
・Lesmills BODYCOMBATインストラクター

MESSAGE

動ける身体を作るのが得意です！
思う通りに身体が動けるようになると、痛みの解消や引き締まった身体を作りやすくなります！
細かい動きまで分析してご自身に合ったメニューをお作りします。

PRICE

30分	4,290円
50分	7,150円
50分×4回	26,000円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載価格はお支払い総額となります。

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー

Kento Kanou

狩野 謙斗

PROFILE

~専門分野~
・未経験＆初心者向けのトレーニング指導
・食事指導とフィードバック
・ボディメイクの指導
・姿勢改善の指導

~資格~
「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（NSCA-CPT）」
「食育インストラクター」
「調理師免許」

MESSAGE

食べても体型が変わらない身体って欲しいですよね。身体が変わるとまわりからの反応が変わりますよね。健康って大事ですよね。あなたの専門外である運動をプロの先生に運動指導を受けることでケガをすることなく身体を変えられて健康な毎日を送ることができます。自己流の運動、もうやめませんか？
一緒にパーソナルトレーニングをすぐに始めましょう。

PRICE

30分	4,290円
50分	7,150円
50分×4回	26,000円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載価格はお支払い総額となります。

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー

Lisa

PROFILE

~スポーツ歴~
ダンス　Hip Hop ,poppin ,jazz
サーフィン
キックボクシング

~資格~
adidas FUNCTIONAL TRAINING
バレトンソールシンセシス
バランスコーディネーション
リンパケア

MESSAGE

変わった気がする、痩せた気がする、その成果に
つながるお手伝いをさせていただきます！
運動の習慣を共にスタートしてみませんか？

PRICE

初回20分体験	無料
30分	4,290円
50分	7,150円
50分×4回	26,000円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載価格はお支払い総額となります。

SPORTS CLUB NAS