



石田 健介【 KENSUKE ISHIDA 】

… 得意 …
 ダイエット / 筋力アップ

… PR …
 BFR認定トレーナー
 KINESIS認定トレーナー
 RADICAL FITNESSトレーナー

… コメント …
 効率よく、そして頑張り切れる内容で
 優しく、かつ効果的にサポート
 していきます！
 目標達成率100%を
 目指します!!!

田面 巧二郎【 KOJIRO TANABO 】

… 得意 …
 筋力アップ / コンディショニング

… PR …
 元阪神タイガース投手
 BFR認定トレーナー
 KINESIS認定トレーナー
 RADICAL FITNESSトレーナー

… コメント …
 スポーツパフォーマンスを上げたい、
 身体の機能を向上させたいなど
 様々な悩みに寄り添い、ときには
 引っ張り、全力でサポートします！

鵜澤 智子【 TOMOKO UZAWA 】

… 得意 …
 ダイエット / リハビリ

… PR …
 BFR認定トレーナー
 KINESIS認定トレーナー
 KINESISシェイプ
 RADICAL FITNESSトレーナー

… コメント …
 『一人じゃ頑張れない。』
 『方法がわからない。』
 私がサポートします！
 一緒に頑張っていきましょう！

西村 博之【 HIROYUKI NISHIMURA 】

… 得意 …
 ダイエット
 筋力アップ

… コメント …
 本気で痩せたい方！
 筋肉をつけたい方！
 一人一人の目標に合った
 トレーニングを提供致します。
 自分自身もダイエット経験があるので
 お気軽にご相談下さい！

竹内 大悟【 DAIGO TAKEUCHI 】

… 得意 …
 ダイエット
 ボディメイク
 筋力アップ

… コメント …
 自身での経験や学んだことを主に
 お客様に楽しんでトレーニングを
 して頂き、目標やご要望にお応え
 できるようご対応させていただきます。
 まずはお気軽にご相談下さい！
 お待ちしております♪

— ご案内 —

ご予約は、フロントにて随時受付中です。
 少しでも興味をお持ちの方は、
 お気軽に初回体験コース【¥1,100】で
 実施可能です。

料金表

初回1回体験価格			
種類	内容		料金
	BFR	PT	
初回体験	30分×1回	60分×1回	¥1,000-(税別)

都度1回受講価格			
種類	内容		料金
	BFR	PT	
都度1回	30分×1回	60分×1回	¥4,000-(税別)

コース別受講価格				
種類	内容		特典 酸素BOX フリーパス	料金
	BFR	PT		
① 4回コース	30分× 4回	60分× 4回	1カ月分	¥15,000-(税別)
② 8回コース	30分× 8回	60分× 8回	1カ月分	¥28,000-(税別)
③ 12回コース	30分×12回	60分×12回	2カ月分	¥39,000-(税別)
④ 16回コース	30分×16回	60分×16回	2カ月分	¥48,000-(税別)

BFRトレーニング

専用のベルトを使用し血流を制限することにより、筋トレの効果を倍増させます。

PTトレーニング(パーソナルトレーニング)

ご要望により、パーソナルストレッチを行うことも可能です。

