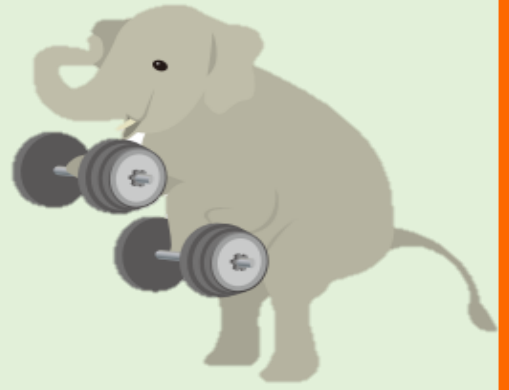
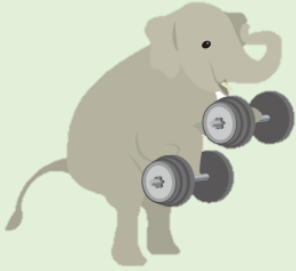




浜松葵東店 パーソナル トレーナー 紹介



ジムパーソナルトレーナー

石川 朝登

Asato Ishikawa

■資格

- ・鍼灸あん摩マッサージ指圧師
- ・日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
- ・東京オリンピック・パラリンピックメディカルスタッフ

■経歴・対象ニーズ

整形外科での勤務やスポーツ現場でのトレーナーとして活動。
浜松市で開業し、院内の施術業務やスポーツ現場でのトレーナー活動。
医療国家資格とスポーツトレーナーの資格を活かし、
トレーニング(運動療法)でお身体を変えていきます！

痛みがある方へ

カラダメンテナンストレーニングで自分の痛みの原因を理解し、
克服するトレーニングをしましょう！

月	火	水	金	土	日
12:00-17:00	12:00-17:00	12:00-21:00	12:00-17:00	応相談	応相談

■料金(税込)

	1回券	8回券
30分	(メンテナンス/ケア) ¥4,400	-
	(トレーニング) ¥5,500	
60分	¥6,600	¥44,000

無料相談 30分 随時受付

※予約・お支払いはフロントまでお越しください

ジムパーソナルトレーナー

高木 和憲

Kazunori Takagi

■資格

- ・JOPH公認ダイエットアドバイザー
- ・CFSC Level 1

■経歴・対象ニーズ

TIPNESS浜松葵東店パーソナル開始時より活躍。

自分に合ったトレーニングをしましょう。

長年の経験と知識を生かし、ボディメイク(美尻、美背中、美脚)
美姿勢はお任せください。男性のバランスの取れた筋ボディ、
バルクアップもサポートします！

月	火	水	金	土	日
18:00- 22:00	応相談	18:00- 22:00	18:00- 22:00	17:00- 19:00	応相談

■料金(税込)

	1回券	4回券
60分	¥7,700	¥26,400

無料相談 30分

※予約・お支払いはフロントまでお越しください

ジムパーソナルトレーナー



寺澤 幸代

Sachiyo Terasawa

■資格

・CFSC Level 1
・MIZUNO アクア ベーシック
(TIPNESSプログラム)
AQUA CAMP
ペアストレッチ

■経歴・対象ニーズ

TIPNESS浜松葵東店にてオープンより勤務。その後トレーナーとして活動。

「なんとなく」「つもり」を減らすトレーニングをしてみませんか？

ジム・プールで自分の身体を知り、動かし方を意識することで効果も上がり、さらにケガの予防にも繋がります。一緒に「？」を解決していきましょう。

月	火	水	金	土	日
応相談	11:00-13:00	11:00-13:00	11:00-13:00	応相談	応相談

■料金(税込)

	1回券	4回券
30分	¥2,420	¥8,800
45分	¥3,300	¥11,000

無料相談 30分

※予約・お支払いはフロントまでお越しください

ジムパーソナルトレーナー



松吉 潤

Jun Matsuyoshi

■資格

- ・NESTA認定パーソナルフィットネストレーナー
- ・キッズコーディネーショントレーナー
- ・ニュートリションスペシャリスト
- ・ストレスリリーフスペシャリスト

■経歴・対象ニーズ

2007年 ティップネス入社

2020年 パーソナルトレーナーとして独立。

これまで150人以上のお客様をサポート。

入会したけど何していいかわからない…。
トレーニングしているけど変化を感じない…。
トレーニング内容はもちろん、パーソナルトレーニングを受講するなら予算などもご提案致します。

月	火	水	金	土	日
10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-20:00	応相談

■料金(税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,300	¥13,200	-
60分	¥6,600	¥26,400	¥52,800

無料相談 30分

※予約・お支払いはフロントまでお越しください

ジムパーソナルトレーナー



横山 明日花
Asuka Yokoyama

■資格

- ・栄養士
- ・CFSC level1

(TIPNESSプログラム)
MOVE BODY SHAPE

■経歴・対象ニーズ

こども園の栄養士として勤務。後にティップネスに入社。
2023年は、ボディメイクの大会ビキニ部門で優勝。
「カラダを絞りたい！」そんなお悩みも解決いたします。

痩せたいor筋肉をつけたいけど何しよう？
初めての方でも安心！優しく丁寧に
トレーニングについてご案内します！
栄養士の資格を活かした食事指導も致します♪

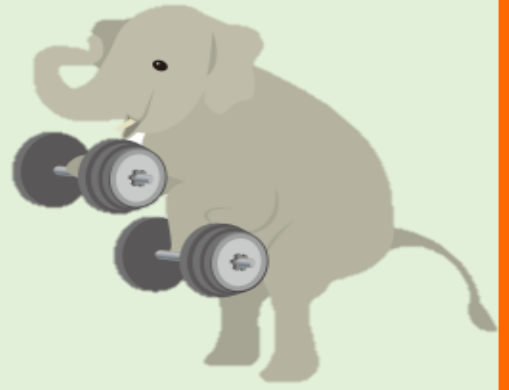
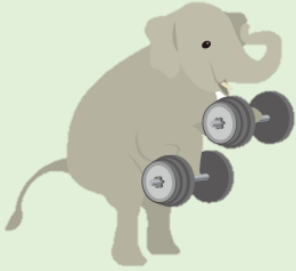
月	火	水	金	土	日
応相談	10:00- 23:00	応相談	応相談	10:00- 20:00	応相談

■料金(税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,850	¥15,400	¥30,800
60分	¥6,050	¥24,200	¥38,720

無料相談 30分

※予約・お支払いはフロントまでお越しください



浜松葵東店
ヨガ
パーソナル
トレーナー
紹介



ヨガパーソナルトレーナー



山崎 久乃
Hisano Yamazaki

■資格

- ・リストラティブヨガ、チェアヨガ
- ・骨盤底筋トレーニングヨガ
- ・ヘッドショルダーセラピストプロ科
- ・ピンクリボンアドバイザー
- ・ヨガ安全指導員
- ・ヨガトレーナープロコース

■経歴・対象ニーズ

生命保険会社でのOL時代を経てインストラクターへ。
第一頸椎骨折の経験から痛みのないイキイキとした健康美を目指しています。

骨盤の角度、足の位置、目線などを意識するだけで呼吸、ポーズが深まります。力強く、しなやかなポーズを目指し長くヨガを楽しみましょう。特に姿勢、骨盤周りでお悩みの方はぜひご相談ください。

月	火	水	金	土	日
応相談	応相談	14:45-16:00	応相談	応相談	応相談

■料金(税込)

	1人	2人	3人以上
60分	¥8,800	¥4,400	¥3,300

皆様お誘いあわせの上、お申込みください。

※予約・お支払いはフロントまでお越しください

ヨガパーソナルトレーナー



川島 博美

Hiromi Kawashima

■資格

・ヨガ安全指導員

(TIPNESSプログラム)

HATA YOGA

アクアダンス

■経歴・対象ニーズ

ヨガ・アクアレッスンのインストラクター、指導員として活躍。

身体は意識の持ち方、動かし方で変化していきます！変化していく自分をみてみませんか？いろいろなヨガに出会い経験してきた川島が皆さまをサポートさせていただきます♪ご参加お待ちしております。

※1人でのパーソナルはもちろん2人～3人のセミパーソナルでも大歓迎です♪

月	火	水	金	土	日
応相談	応相談	応相談	14:00-15:00	応相談	応相談

■料金(税込)

	1人	2人	3人以上
60分	¥6,600	¥3,300	¥2,200

皆様お誘いあわせの上、お申込みください。

※予約・お支払いはフロントまでお越しください