

ティップネス宝塚パーソナルトレーナー



松宮 賢一郎

Kenichiro Matsumiya

■資格・経歴

NSCA-CPT(全米ストレングス&コンディショニング協会)

カイロプラティック(近療連理事)

整形外科勤務経験アリ

JGFO(日本ゴルフフィットネス協会認定トレーナー)

■コメント

腰痛や痛みなどで思ったように体が動かないとお悩みの方、骨盤などの骨格の動きを良くして痛みを取った後に正しいフォームでトレーニングをしませんか？正しい骨格、正しいフォームで筋トレをすると、筋肉の付き方、脂肪の燃焼の仕方、劇的に変わりますよ。トレーニングと骨格の動きを良くすることにより、トレーニングの質を上げましょう。リハビリの方からアスリートの方まで幅広く対応しておりますので、お気軽にご相談ください。

月	火	水	金	土	日
11:00-21:00	11:00-21:00	—	11:00-21:00	11:00-21:00	—

	15分	30分	45分	60分
1回券	¥2,200	¥4,400	¥6,600	¥7,700
8回券	—	¥31,680	—	¥55,440