



山本 文太 Yamamoto Bunta

【得意分野】

筋力アップ 腰痛・肩こり改善 姿勢改善 シェイプアップ

ケガをしないカラダ作りを中心にトレーニングの基礎や基本的なフリーウェイトやマシンのフォーム指導、腰痛や肩こりの方にコンディショニング、姿勢改善の指導を行っております。

「筋肉をつけたい」「体の痛みをとりたい」方は是非一度ご相談下さい！

【資格】

CFSC-Level1

月	火	水	金	土	日
10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-21:00	12:00-19:00

【料金(税込)】 30分 ¥3,300 45分 ¥4,950 60分 ¥6,600 90分 ¥9,900

4回券	30分¥12,760	45分¥18,920	60分¥25,080	90分¥37,840
-----	------------	------------	------------	------------

※その他、8回券のご用意もございます。



田島 郁実 Tajima Ikumi

【得意分野】

姿勢改善 可動域改善 腰痛・肩こり ボディメイク

どういう身体になりたいか、理想は人それぞれだと思います。全米認定トレーナーだからこそ自信を持ってお客様1人1人に対してベストなプランをご提供致します。運動を始めたけれど何をしたら良いか分からない方、お身体に悩みをお持ちの方、何でもご相談ください。“人生最高の身体”を一緒に目指しましょう！

【資格】

NSCA-CPT

月	火	水	金	土	日
10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-22:00	10:00-21:00	10:00-19:00

【料金(税込)】 30分 ¥3,300 45分 ¥4,950 60分 ¥6,600 90分 ¥9,900

4回券	30分¥12,760	45分¥18,920	60分¥25,080	90分¥37,840
-----	------------	------------	------------	------------

※その他、8回券のご用意もございます。



青木 翔太 Aoki Shota

【得意分野】

可動域調整 肩こり 筋力アップ シェイプアップ

肩こりのある方や各関節の可動域調整が得意です。
その他、筋力アップ・シェイプアップのご要望、トレーニングフォームの修正など何でもご相談下さい。

【資格】

NESTA-PFT

月	火	水	金	土	日
10:00- 22:00	10:00- 22:00	10:00- 22:00	10:00- 22:00	10:00- 18:00	-

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

30分 ¥3,300 45分 ¥4,950 60分 ¥6,600

4回券	30分¥12,760	45分¥18,920	60分¥25,080
-----	------------	------------	------------

※その他、8回券のご用意もございます。

※学生の方へのお得なチケットのご用意がございます。店頭にてお問合せ下さい。



安形 直樹 Yasugata Naoki

【得意分野】

機能改善 運動能力向上 ウエイトダウン

心と身体を軽やかに動かせて、誰かと比較せず、年齢に合った輝ける自分とは何かを見つけ、各々の自信が持てるカッコよく、綺麗な姿でい続けられるようサポートして参ります。

【資格】

CFSC-Level1
RYT200
NLPトレーナー
認定心理士

月	火	水	金	土	日
17:00- 22:00	12:00- 22:00	18:00- 22:00	-	-	12:00- 19:00

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

30分 ¥3,300 45分 ¥4,950 60分 ¥6,600 90分 ¥9,900



新沼 玄 Niinuma Gen

【得意分野】

筋力・体力アップ ボディメイク 機能改善 ウェイトダウン

スポーツ大好きスポーツマン！体脂肪9%、特技は料理。いろいろなスポーツを経験していますので、いろいろな動作に対応できます！
トレーニング初心者の方からスポーツマンの方まで、優しく指導されたい方からドSに追い込まれたい方までお待ちしております。

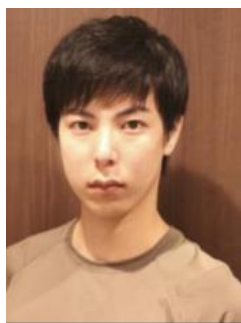
【資格】

JATI-ATI

月	火	水	金	土	日
10:00-19:00	14:00-19:00	12:00-22:00	12:00-22:00	10:00-21:00	10:00-19:00

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

30分 ¥3,630 45分 ¥5,170 60分 ¥6,600 90分 ¥9,900



中田 康晴 Nakata Yasuharu

【得意分野】 ダイエット・ボディメイク 筋力アップ

柔軟性向上 不定愁訴の改善 身体機能向上・改善

理想の身体を手に入れ自信が持てる体型になれるよう全力でサポートいたします。日常生活の質をより高い所へ導き、トレーニングを日常に取り入れる素晴らしさを皆様にお伝えいたします。何をしたらいいのか、課題がどこか分からない初心者の方も、一緒に解決していきましょう！

※時間外やシェアパーソナルはご相談ください。

【資格】

NESTA-PFT

月	火	水	金	土	日
18:00-22:00	18:00-22:00	9:30-13:00 19:00-22:00	9:30-22:00	9:30-18:00	9:30-18:00

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

30分 ¥4,400 45分 ¥6,600 60分 ¥8,800 75分 ¥11,000



森山 誠子 Moriyama Seiko

【得意分野】

コンディショニング 筋力アップ ボディメイク

【資格】

JHCA-FC

膝、肩、股関節の痛みでお悩みの方、筋力アップしたいけど痛みがあって出来ない方、痛みを解消しつつ筋力アップをサポートします。快適な日常動作を手に入れて、お悩みを解消しましょう。

月	火	水	金	土	日
-	12:30-22:00	11:00-20:00	-	9:30-20:00	10:00-18:00

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

30分 ¥4,400 60分 ¥7,590 90分 ¥1,1330



広沢 玄太 Hirosawa Genta

【得意分野】

機能改善 呼吸機能改善 不定愁訴改善 ヒップエクササイズ

【資格】

NASM-PES
NASM-GFS
NSCA-CSCS
NSCA-CPT

姿勢や運動機能は年齢に関係なく改善できます。そのためにはまず「ご自身のカラダを知る」ことが大切です。最新の姿勢・機能・呼吸診断から、お客様のウィークポイントを紐解き、原因となっている根本的問題を解決するプログラムを提案いたします。

月	火	水	金	土	日
9:15-14:00	応相談	応相談	-	9:15-14:30	-

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

30分 ¥3,630 45分 ¥5,500 60分 ¥7,260 90分 ¥10,890

西沢 浩輔 Nishizawa Kousuke

【得意分野】

筋力アップ ボディメイク シェイプアップ

トレーニングと共に身体の不調や歪みを調整します
(整体のみも承ります)

私はスパルタではありませんので優しく、でもガッツリお伝えします。

ぜひ一緒に楽しくトレーニングしましょう！

【資格】

CFSC-Level1

ボディデザイナー

(身体均整師)

プロテインマイスター

月	火	水	金	土	日
応相談	11:00- 15:00	-	11:00- 15:00	-	-

【料金(税込)】

30分 ¥3,300 45分 ¥4,950 60分 ¥6,600

神津 和輝 Kouzu Kazuki

【得意分野】 慢性的な痛みの評価・調整

動作改善 スポーツパフォーマンスの向上

“笑顔で成長”をモットーに、お客様のご要望に耳を傾けサポートします！私自身“笑顔”を心がけています。プロスポーツの現場から中学生のスポーツ現場、整形外科など幅広い年代、カテゴリーで活動してきました。その経験から、笑顔でコミュニケーションを取りながら運動することの大切さを学びました。運動だけでなく、精神面から支えられるかで結果は変わってきます。皆様に信頼してもらえるように、サポートさせていただきます。

【資格】

柔道整復師

アスレチックト

レーナー

月	火	水	金	土	日
応相談	応相談	応相談	応相談	応相談	応相談

【料金(税込)】 30分 ¥3,300 45分 ¥4,950 60分 ¥6,600

75分 ¥8,250 90分 ¥9,900 ※お得な回数券もございます



亜希 Aki

English speaking

【得意分野】

姿勢改善 肩こり・腰痛の予防及び改善 ボディメイク

『医者から褒められる身体になった』と80代のお客様より喜びの声をいただきました。ピラティス指導歴は10年以上。

肩こり腰痛の根本的な原因を取り除くトレーニングで、身体の悩み解決をお手伝いします。

【資格】

ティップネス社内
認定(プロップス・
チェア)

月	火	水	金	土	日
応相談	応相談	-	-	-	-

【料金(税込)】

ジム 60分 ¥5,500 スタジオ 30分 ¥4,400



郡司 幸江 Gunji Sachie

【得意分野】

姿勢改善 ウェイトダウン 筋力アップ ヨガ

競技者から指導者になり31年の経験から得た技術を誰にでも分かりやすく指導します。縮んだ首、肩、背中、肩甲骨、お腹、股関節筋、足指、筋肉を元の位置に戻し「体形や不調」を改善「痩せたい・筋肉をつけたい」「日常を楽に過ごしたい」等あなたに対応します。

【資格】

健康運動実践指
導者

月	火	水	木	金	土	日
9:30- 15:00 (第4週のみ)	-	10:00- 20:00	11:30- 17:00	14:30- 17:00	13:00- 17:00	14:30- 17:00

【料金(税込)】

45分 ¥7,700 60分 ¥10,120



北条 しをり Houjyou Shiori

【得意分野】

姿勢改善

カラダのゆがみは、日常動作や運動におけるクセにより、使いすぎの筋肉、使われていない筋肉のアンバランスから起こります。
筋肉を整えるコンディショニングでバランスを整え、最終的にはセルフコンディショニングが実践できるように導きます！

【資格】

健康運動実践指導者

日本コンディショニング協会認定
PCT

月	火	水	金	土	日
10:00-19:00	-	13:00-22:00	-	-	13:00-15:00

【料金(税込)】 ※お得な回数券もございます

60分 ¥7,700 75分 ¥9,680 90分 ¥1,1550



西沢 実佳 Nishizawa Mika

【得意分野】

機能改善

肩こり、腰痛、膝痛や姿勢の改善をしたい方に適正なコンディショニングを行います。ピラティスメソッドを取り入れ、アイテムや自体重を利用したエクササイズで新しい身体を目指していきませんか？いくつになってもカラダは変わります。
お気軽にお声掛け下さい。

【資格】

健康運動指導士
JHCA-FC

月	火	水	金	土	日
-	-	11:00-13:00	応相談	応相談	-

【料金(税込)】

60分 ¥8,800 90分 ¥13,200



松永 和夫 Matsunaga Kazuo

【得意分野】

スイミング コンディショニング ウェイトダウン

スイミングは、いつでも・どなたにでもできる生涯スポーツです。機能改善、リハビリ、ダイエットはもちろん競技力向上もお任せ下さい。また、スイミングだけでなくダイエットジムでのトレーナー経験を活かし、皆様の理想へ導くための提案をさせていただきます。

【資格】

NESTA-PFT

月	火	水	金	土	日
応相談	9:20-10:20	応相談	9:15-22:00	応相談	9:20-15:00

【料金(税込)】

30分 ¥3,850 45分 ¥5,830 60分 ¥7,700



川岸 直生 Kawagishi Tadao

【得意分野】

泳法レッスン ワンポイントアドバイス メニュー作成

水泳を始めてみようと思っている方、もっと上手になりたい方、楽しく泳ぎたい方、皆さんのニーズに合うレッスンを行います！
オリンピック金メダリストの専属トレーナーをしていた経験を、皆さまに体験していただければと思います。

【資格】

健康運動指導士

月	火	水	金	土	日
21:00-22:30	-	21:00-22:00	12:00-14:00	応相談	-

【料金(税込)】

※その他、ビデオ付きスイム、ジムパーソナル、お得な回数券などもございます
30分 ¥3,850 45分 ¥5,830 60分 ¥7,700



小林 隼斗 Kobayashi Hayato

【得意分野】

水泳指導 筋力アップ シェイプアップ 姿勢改善

- ・ 運動をしているがなかなか効果が出ない
- ・ 姿勢よくキレイに痩せたい
- ・ 慢性的な痛みを抱えている
- ・ 一人だと運動が続かない

このようなお悩みを持っている方はぜひご相談にいらしてください。皆様の人生がより良いものになるよう全力でサポートさせていただきます。

【資格】

NESTA-PFT
*パーソナルフィットネストレーナー
NESTA SFT
*シニアフィットネストレーナー
NASM-PES
*パフォーマンス向上スペシャリスト
日本ストレッチング協会 JSA-CSTP
originalstrength
PRESSINGRESET修了
合同会社カラダファインパーソナルトレーナー

月	火	水	金	土	日
-	-	-	-	12:30-14:00	-

【料金(税込)】 ※その他、ジムパーソナル、お得なジムパーソナル回数券などもございます
30分 ¥3,850 60分 ¥7,700



塩月 智博 Shiotsuki Tomohiro

【得意分野】

泳法アドバイス

水泳は泳ぎ方や、カラダの使い方次第で、とてもラクに速く泳ぐ事ができます。また、水中で正しい姿勢や筋肉の使い方をする事により、日常生活においても、より快適に過ごす事ができるようになります。私と一緒に楽しく快適なスイミングライフを送ってみませんか？

【資格】

泳法指導

月	火	水	金	土	日
-	-	-	-	-	9:30-14:10

【料金(税込)】 ※その他、ビデオ付きスイムなどもございます
30分 ¥3,850 45分 ¥5,830 60分 ¥7,700 90分 ¥11,550



井原 由利子 Ihara Yuriko

【経歴】

2017年

赤坂にあるパーソナルジムでパーソナルトレーナーとして活動
2020年から独立、都内ホテルでパーソナルセッション・出張トレーニング・高校部活動のチームトレーナーや社会人スポーツチームトレーナーとして活動

【資格】

JATI-ATI

赤十字救急法救急員

慢性的な痛みの改善、機能/姿勢改善、ダイエット、
スポーツパフォーマンス向上

月	火	水	金	土	日
17:00-22:00	17:00-22:00	10:00-15:00	17:00-22:00	14:00-21:00	応相談

【料金税込】30分 ￥3,630／60分 ￥7,260(4回券・8回券もございます)



前島 遼太 Maejima Ryota

【経歴】

- ・ジュニアオリンピック優勝
- ・インターハイ・インターカレッジ出場
- ・日本選手権 出場 ・日本短路選手権 出場
- ・マスターズ水泳 世界記録保持者

水の中を自分の好きなように自由に泳ぎたい。
その為に、必要なヒントが見つけれられる時間にしたいと思います。
競技レベル関係なく、基礎から応用編まで、
様々な知識を提供していきます。

※時間等、ご相談ください。

月	火	水	金	土	日
9:00-12:00	—	—	—	—	—

【料金税込】30分 ￥4,950／45分 ￥7,150／60分 ￥8,800

【資格】



お電話、iTIPNESSにてご予約頂けます。

ティップネス川口
048-242-0381