

パーソナルトレーナー 北村氏もお勧め!! バランスディスク 販売中 (3,990円)



北村 達也 パーソナルトレーナー

体調不良を改善したい方は骨格調整と補強を！
ダイエットしたい方は、食事指導とコアトレーニング！
若返りたい方は、基礎代謝を上げる筋トレを！
筋肉を増やしたい方には、正しいフォームでヘビーな筋トレを！
何事も楽しみながらやるのが一番です。
トレーニング・コンディションについてどんな質問もお受けいたします。
是非一緒にトレーニングしていきましょう。

セッション時間
【毎週 木曜日】
10:00 - 11:30

