

# パーソナルトレーナー紹介



橋場 仁丈  
Hashiba Nijo

## ■資格

NESTA-PFT

NESTAスポーツパフォーマンス  
スペシャリスト

## ■経歴

ティップネス町田にてトレーナー活動開始。

自身のスポーツやダンスの経験から、現在はコンディショニングや  
身体操作能力向上を得意とし、都心にも多数のクライアントを抱える。

月	火	木	金	土	日
要相談	—	要相談	16:00-	—	—

■料金 (税込)		1回券	4回券	8回券
	45分	¥5,720	¥21,560	¥40,480
	60分	¥7,370	¥27,720	¥51,920
	90分	¥10,670	¥40,480	¥75,680

# パーソナルトレーナー紹介



浜口 奈月  
Hamaguchi Natsuki

■資格  
PAIピラティス  
シルクサスペンション

## ■経歴

インストラクター歴15年以上。

エアロビクスからヨガ、調整系レッスンまで幅広く指導中。

**楽しく運動をする為には、日頃のメンテナンスが大事です！**

**自分でストレッチ出来ない部分までフォローします！**

**一緒にストレッチしましょう！！**

月	火	木	金	土	日
—	15:00- 18:00	—	—	—	—

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥3,080
45分	¥4,290
60分	¥5,500

# パーソナルトレーナー紹介



樋代 優太郎  
Hishiro Rintaro

## ■資格

NSCA-CSCS  
ドイツライフソリューションズ大学認定  
コーディネーショントレーナー<sup>®</sup>  
【マイスター】

## ■経歴

日本体育大学卒業後、ドイツライフソリューションズ大学にて  
トレーニング科学を学ぶ。トレーナー歴20年以上。  
全身をトータルで診る事によりクセ・歪みを判別し、  
痛みが出る箇所を改善していきます。

**テニス肘・膝痛・腰痛でお悩みの方は一度ご相談下さい。**

あなたにとって丁度良い最適なプランをご提案します。

月	火	木	金	土	日
10:00- 14:00	12:00- 21:00	12:00- 21:00	10:00- 14:00	-	-

## ■料金 (税込)

	1回券	8回券
30分	¥3,300	-
60分	¥6,600	¥51,040
90分	¥10,450	¥74,800

# パーソナルトレーナー紹介



人見 佳子  
Hitomi Yoshiko

■資格  
NESTA-PFT

## ■経歴

体育大学を卒業後、競技を続けながらジムスタッフとして活動。  
現在はティップネスでパーソナルトレーナー、その他ジムにて  
スタジオインストラクター（格闘技系、パワー系、アクア）  
パーソナルトレーナーとして活動。

月	火	木	金	土	日
18:30- 20:30	9:45- 14:00	18:30- 20:30	-	応相談	応相談

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券
30分	¥3,630	¥13,640
45分	¥5,500	¥21,120
60分	¥7,260	¥26,840

# パーソナルトレーナー紹介



西川 卓  
Nishikawa Suguru

## ■資格

NSCA-CPT  
JATI-ATI  
健康運動指導士  
鍼灸・あんまマッサージ指圧

## ■経歴

トレーナー歴15年、中学生時代にバトミントンを始め人生が変わりました。トレーニング指導も痛みの改善まで幅広くこскаを提供する為、医療系の資格も取得。

科学的根拠に基づいた知識と技術で身体の変化を  
しっかり体感の出来るプランを提供します。

月	火	木	金	土	日
9:30- 20:30	9:30- 18:30	9:30- 20:30	9:30- 20:30	9:30- 17:30	9:30- 11:45

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,630	¥14,520	¥29,040
45分	¥5,500	—	—
60分	¥7,260	¥29,040	¥58,080

# パーソナルトレーナー紹介



能登谷 茂樹  
Notoya Shigeki

## ■資格

NESTA-PFT

NESTA認定ニュートリションスペシャリスト

NESTA認定

レボリューショントレーニング

スペシャリスト

## ■経歴

2005年よりトレーナー、インストラクターとして活動開始。

能力アップ、格闘技、調整系、ヨガ、ピラティス等の

スタジオインストラクター、及びパーソナルトレーナーとして

各社フィットネスで活動中。

月	火	木	金	土	日
—	17:30- 22:00	10:00- 17:30	—	10:00- 20:00	—

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥4,400	¥16,720	¥31,680
60分	¥8,800	¥33,440	¥63,360

# パーソナルトレーナー紹介



塩飽 美沙子  
Shiwaku Misako

## ■資格

NESTA-PFT  
NESTA認定  
ニュートリションスペシャリスト  
NESTA認定  
ダイエットビューティースペシャリスト  
産後エクササイズインストラクター

## ■経歴

2012年よりパーソナル活動開始。20代から60代の女性を中心に多数のクライアントを指導皆様が楽しい！と感じる雰囲気づくりを心掛けながら骨格・体質にあったトレーニングで目標達成をサポートさせて頂きます

月	火	木	金	土	日
10:00- 16:00	10:00- 16:00	10:00- 16:00	10:00- 16:00	-	-

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,630	¥13,640	¥26,400
45分	¥5,500	¥21,120	¥39,600
60分	¥7,260	¥26,840	¥52,800

# パーソナルトレーナー紹介



渡邊 慎也  
Watanabe Shinya

## ■資格

TIPNESS公認アクアパーソナル  
トレーナー  
JATI-ATI

## ■経歴

関東を中心に活動するパーソナルトレーナー兼インストラクター。  
得意分野はボディメイクで自身も週に5日トレーニングを行っている。  
ボディメイクコンテストに出場する等、経験に基づいた  
トレーニング指導を心掛けている。

月	火	木	金	土	日
—	—	10:00- 22:00	—	10:00- 22:00	—

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,630	¥14,080	¥26,400
60分	¥7,260	¥27,720	¥52,800

# パーソナルトレーナー紹介



高橋 弘憲  
Takahashi Hironori

## ■資格

TIPNESS公認  
アクアパーソナルトレーナー  
NESTA-PFT  
理学療法士

## ■経歴

2011年ティップネス入社、スタジオレッスン、  
パーソナルトレーニング、キッズスクール等幅広く活動。2018年独立。  
都内を中心に格闘技クササイズ、パーソナルトレーナーとして活動、理学  
療法士として障害者のスポーツに携わりつつ、  
様々な中学高校の部活動のサポートをしている。

理学療法士になり、改めて思うことは、医療を必要とする前に止められるものは止めた  
い！です。膝の痛みや腰の痛みを予防することはもちろん、糖尿病予備軍などの生  
活習慣病にならない為にも一度お気軽にご相談ください。

月	火	木	金	土	日
—	—	—	応相談	9:45- 22:00	応相談

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,850	¥14,960	¥28,160
45分	¥5,830	—	—
60分	¥7,700	¥29,480	¥55,440

# パーソナルトレーナー紹介



**MARI**  
Mari

## ■資格

NESTA-PFT

管理栄養士

一般社団法人日本栄養コンシェルジュ協会  
認定二つ星栄養コンシェルジュ

## ■経歴

栄養士として現場3年、その後フィットネス業界に転職。

横浜店ジムスタッフを経て、パーソナルトレーナー格闘技エクササイズインストラクターとして活動5年目となります。

MOVEBODY FIGHTのクラスも新たに担当させて頂いてます。

スタジオレッスン・パーソナルトレーニングを通して  
皆様の目標達成を完全サポートさせて頂きます！  
ボディメイクに関して分からぬ事があればなんでも聞いて下さい！

月	火	木	金	土	日
10:00- 15:00	-	13:30- 16:00	12:30- 18:00	-	-

## ■料金 (税込)

	1回券	4回券	8回券
30分	¥3,630	¥14,080	¥26,400
60分	¥7,260	¥27,720	¥52,800

# パーソナルトレーナー紹介



前阪 優輝  
Maesaka Yuki

## ■資格

NESTA-PFT

NESTA認定 ダイエット＆ビューティースペシャリスト

TTMA認定タイ古式マッサージ プロフェッショナルセラピスト

TRX-STC

JCCA認定ストレッチポールベーシックインストラクター

IBMF認定ファスティングカウンター

整体師

介護予防運動指導員

## ■経歴

大学卒業後、整体の会社で整体師として勤務。

その後、パーソナルトレーナーに転身。現在は運動と整体を組み合わせたメソッドで生涯現役のカラダをつくります！

月	火	木	金	土	日
10:00- 13:30	20:00- 23:00	-	-	応相談	-

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥5,500
45分	¥6,600

	1回券
60分	¥8,800
90分	¥13,200

# パーソナルトレーナー紹介



林 里美

Lim Rimi

## ■資格

TIPNESS公認

アクアパーソナルトレーナー

CFSC

## ■経歴

運動・水泳指導歴15年。

楽に綺麗に泳ぎたい！

泳法の取得だけではなく、水泳を通して日常生活も楽に動けるお手伝いさせてください。

不安なことなどなんでもご相談ください。

他時間帯応相談

月	火	木	金	土	日
—	—	12:30- 13:00	13:00- 14:30	—	—

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥3,300
45分	¥4,950
60分	¥6,600

# パーソナルトレーナー紹介



矢吹 久美  
Yabuki Hisami

## ■資格

TIPNESS公認  
アクアパーソナルトレーナー

## ■経歴

体育大学卒業後、大手スポーツクラブにて勤務。

ジム・スタジオレッスン・アクアエクササイズ・スイムレッスン等、  
成人とキッズスクールを幅広く指導。

2020年2月よりスイム指導者として活動。

月	火	木	金	土	日
—	13:30- 14:45	10:00- 14:45	10:00- 14:45	—	—

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥3,080
45分	¥4,070
60分	¥4,510

# パーソナルトレーナー紹介



三島 せりか  
Mishima Serika

## ■資格

TIPNESS公認  
アクアパーソナルトレーナー  
泳力検定1級

## ■経歴

水泳歴17年。専門種目バタフライ。

現在は子供から大人、障がいを持つ児童にレッスンしております。

自身のYouTubeチャンネル「せりかswimming」にて泳法動画も配信中

## ■内容

4泳法初中級

## ■目標

美しく伸びのある泳ぎの習得を目指したい方

YouTubeチャンネルはこちら



月	火	木	金	土	日
—	9:45- 13:00	9:45- 12:00	—	—	—

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥3,300
60分	¥6,600

# パーソナルトレーナー紹介



矢野 洋子

Yano Yoko

## ■資格

TIPNESS公認

アクアパーソナルトレーナー

日本体育協会公認水泳指導員

日本水泳連盟公認協議役員

介護予防運動指導員

## ■経歴

数多くのクラブで水泳指導経験があり、コーチ歴も20年以上と経験が豊富。

優しく、丁寧な指導に定評があり現在も数多くのお客様に指導している。

水泳は唯一の障害スポーツです。そして0～100歳までできる全身運動です。

運動が苦手、膝、腰が痛い方肩こりのある方ダイエットをしたい方にオススメです。

月	火	木	金	土	日
10:30- 22:30	10:30- 14:45	10:30- 22:30	-	-	-

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥2,200
60分	¥4,400

# パーソナルトレーナー紹介



弘内 玄  
Hirouchi Fukashi

## ■資格

TIPNESS公認  
アクアパーソナルトレーナー

## ■経歴

2007年キッズスイミングコーチとして入社。同時に成人スクールも担当。  
後にアクアパーソナルトレーナーとして独立し、現在も成人スイムスクールも担当。  
・泳げるようになりたい方  
・楽に長い距離が泳げるようになりたい方  
・キレイなフォームで泳げるようになりたい方  
お待ちしております。

月	火	木	金	土	日
—	—	—	13:10～ 14:40	—	—

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥3,300
45分	¥4,950
60分	¥6,600

# パーソナルトレーナー紹介



並木 丈  
Namiki Jo

## ■資格

TIPNESS公認  
アクアパーソナルトレーナー

## ■経歴

元日本体育大学水泳部主将

日本選手権 準決勝

日本学生選手権2位

国体出場

- 全く泳げないけど泳げるようになりたい方
- 体に負担のない泳ぎを身に付けたい方
- もっと楽に長く泳ぎたい方
- もっと速く泳ぎたい方

お待ちしております！

月	火	木	金	土	日
—	—	—	12:15- 13:00	—	—

## ■料金

(税込)

	1回券
45分	¥6,600

# パーソナルトレーナー紹介



天満 宏  
Tenma Hiroshi

## ■資格

TIPNESS公認  
アクアパーソナルトレーナー  
基礎水泳指導  
保健体育教育免許

## ■経歴

4歳から水泳を始めて現在まで、30年以上水泳に関わる。  
競泳のオリンピック強化指定選手や日本代表に選出され、  
海外でのレース経験あり。自己最高成績は日本選手権で3位。  
インストラクター歴10年と多くのお客様に水泳指導を行っている。  
•全く泳げない方から上級者まで幅広く対応致します。  
•水泳でダイエットしたい方、綺麗に泳ぎたい方  
•試合でタイムを縮めたい方、周りに差をつけたい方。

お待ちしております！

月	火	木	金	土	日
—	10:00- 15:00	—	—	—	—

## ■料金 (税込)

	1回券
30分	¥3,300
45分	¥4,950
60分	¥6,600