マンツーマンで
シェイプアップ!!
ダイエット!!

遺伝子
パーソナルトレーニング

遺伝子分析キット＆分析
初回カウンセリング50分
マンツーマントレーニング50分×10回

￥92,000(税込)

自分の生まれ持った体質を知った上で食事、トレーニングを行うことは
ダイエットやシェイプアップ、ボディメイクにとても**効果的**と言われています。
分析レポート基にあなただけのトレーニングをアドバイスいたします。

遺伝子分析で こんなことがわかります

1. 筋線維
2. 持久走
3. 瞬発力
4. 筋トレ効果
5. 筋損傷
6. 体脂肪
7. 疲労・ストレス
8. 睡眠の質とリズム
9. 骨・軟骨・関節

こんな方に おススメ!!

- ☑ 自分に合ったボディメイク ダイエット法が知りたい
- ☑ 体質にあった効果的な トレーニング方法が知りたい
- ☑ 苦手な動作の為の対策が知りたい
- ☑ 今のトレーニングを改善したい

私が担当します

磯田　香恵

NESTA PFT 認定 トレーナー
遺伝子トレーニングアドバイザー
シニアフィットネストレーナー