

## スタジオトレーナー紹介

森脇一貴



担当

### 脂肪燃烧

エアロリミット  
ダイナミックST (ストレッチ)

鍼灸師兼フィジカルトレーナーの森脇です  
体力に自信のある方はぜひエアロリミットを  
体験してみてください！  
脂肪を燃やして脱メタボ!!

保井美香



担当

### 健康

腰痛体操  
ぶらぶら肩凝り体操

### 骨盤矯正

骨盤トレ

鍼灸師の保井です  
スタジオレッスンで痛みのない健康的な体を  
作りましょう!

秋山健太郎



担当

### アンチエイジング

スロートレーニング  
体幹トレーニング  
インナーマッスル

フィジカルトレーナーの秋山です  
この機会に体幹周りを鍛えていつまでも  
若々しい体を維持しましょう!

福本凧音



担当

### 肉体美

美尻トレ  
ウエストシェイプ  
シックスパック  
二の腕エクササイズ

柔道整復師の福本です  
フィジーク、ベストボディジャパンに出場  
してます! 肉体改造 (食事指導) は任せてくだ  
さい!

石田航輔



担当

### 基礎トレ

スクワットジャンプ  
踏み台エクササイズ

フィジカルトレーナーの石田です  
何事も基礎が大事です  
一緒に基礎トレーニングしていきましょう!

全スタッフ



担当

### スポーツ

ゴルフ飛距離アップ  
ゴルフストレッチ

B2ファクトリの全スタッフ  
プロゴルフツアー帯同トレーナーの経験があり  
さらに様々なスポーツ選手のメンテナンスやト  
レーニングを担当しております