

PERFORMANCE
TRAINER

小松 祐太

Yuta Komatsu



Number

078-975-3313 (フロント直通)

Email

y.komatsu@neutralityfit.com

WebSite

<https://www.neutralityfit.com>

Add

CoreField ユニバー学園都市
〒651-2108
兵庫県神戸市西区伊川谷町前開
1800 ユニバー神戸テニス倶楽部内



PERSONAL PROFILE

【生年月日】 1997年5月11日

【出身】 大阪府

【趣味&特技】 ランニング

【長所】 真面目/優しい

【座右の銘】 一意尊心

TRAINER BACKGROUND

【資格】

JATI-ATI

PHI pilates MATI&II

健康運動実践指導者

赤十字救急員救急法

【トレーナー活動】

フィットネスクラブ勤務3年

Message

Core Fieldユニバー学園都市のお近くにお住まいの方、筋肉量の向上だけでなく、ケガの予防/シェイプアップ/姿勢改善/競技パフォーマンス向上など悩みをお持ちの方はぜひ、私にお任せください!! 優しく(時には厳しく)指導をしていきます!!

継続することで、歩きやすくなったり、階段の上り下りが楽になったりと身体の変化を感じることが出来ます!

グループトレーニングでは、お友達や家族と一緒にトレーニングが出来るので、続けやすい環境でもあります!

メニューのバリエーションも豊富で楽しくトレーニングが出来ます!!

トレーニングは厳しいイメージがあるかと思いますが、ストレス解消にもなり身体もスッキリします!

今からでも遅くありません! 新しいチャレンジとして、日常にトレーニングを取り入れてみましょう!!

NEUTRALITY
Fitness & Conditioning



Core Field