

MY-BODY

PERSONAL TRAINER

パーソナルトレーナー紹介

深沢 美紀子

ふかさわ

みきこ



資格

FTPベーシックリフォーマーピラティス

JADPヨガ・JADPピラティス

ボディメイク・整体・スポーツ整体

JBDFアマチュアラテンC級・JDSFアマチュアラテンB級

得意分野

- ・ 骨格や姿勢の改善
- ・ 痛みの予防
- ・ 柔軟性&可動域向上
- ・ 健康的ダイエット

予約可能時間

火～日曜日

10～19時 応相談

経歴・メッセージ

茨城大学で栄養学を専攻

料理コンテストでは優勝！

健康的なダイエットや姿勢改善・柔軟性向上のお手伝いができます

マシンピラティスでインナーを鍛え

背中とお腹をきれいに☆足の太さや

形に悩みがある方もぜひご相談ください

マシンピラティス1回(50分) マシンピラティス4回コース

¥5,500 (税込)

¥21,000 (税込)

その他1回 (30分)

その他1回 (45分)

¥2,200 (税込)

¥3,300 (税込)

※当クラブに入会されていない方は、上記の金額とは異なります。

お問い合わせ・お申し込みはこちらから→

