

ジム初心者
の方々へ

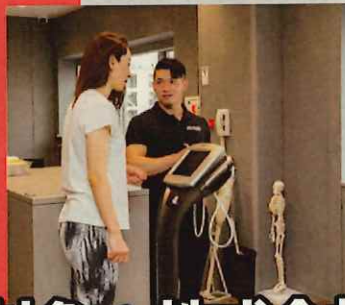
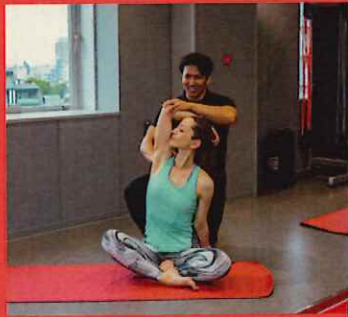
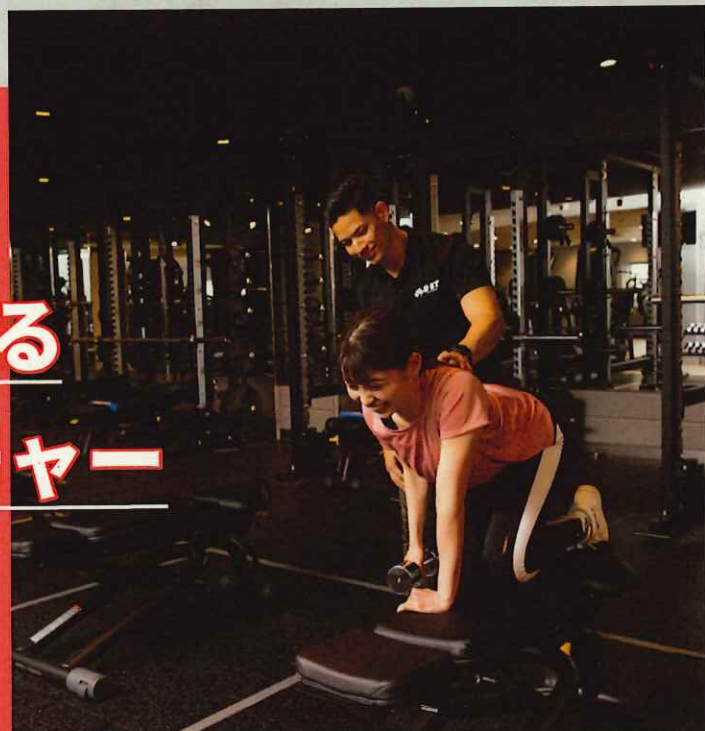
新規入会者特典

初回登録時に
ご予約を頂いた方限定

正しい筋トレを知る トレーニングレクチャー

パーソナルトレーニング

60分 無料



対象：株式会社B-ST

- ✓ 痩せたい
- ✓ 筋肉をつけたい
- ✓ 正しいトレーニングを習得したい
- ✓ 自分に合ったトレーニングを知りたい、習得したい
- ✓ 体の悩みを相談したい
- ✓ 肩こり腰痛を改善したい



芦田

平野

原

戸澤

【入会者特典お申込み方法】

- 1、アプリの「パーソナルトレーニング」から「新規予約」を選択
 - 2、担当トレーナーと希望日時を指定
 - 3、ご予約は「60分」入金方法は「回数券」をお選びください
- ※当日は3階ジムエリア入り口にて、トレーナーとお待ち合わせ下さい

リハビリ/コンディショニング目的限定 初回パーソナル特別価格

・不良姿勢改善

・運動不足解消

・肩こり首こり解消

・慢性的な身体の痛み改善

・健康のためのダイエット

・病院で打ち切られたリハビリの続き

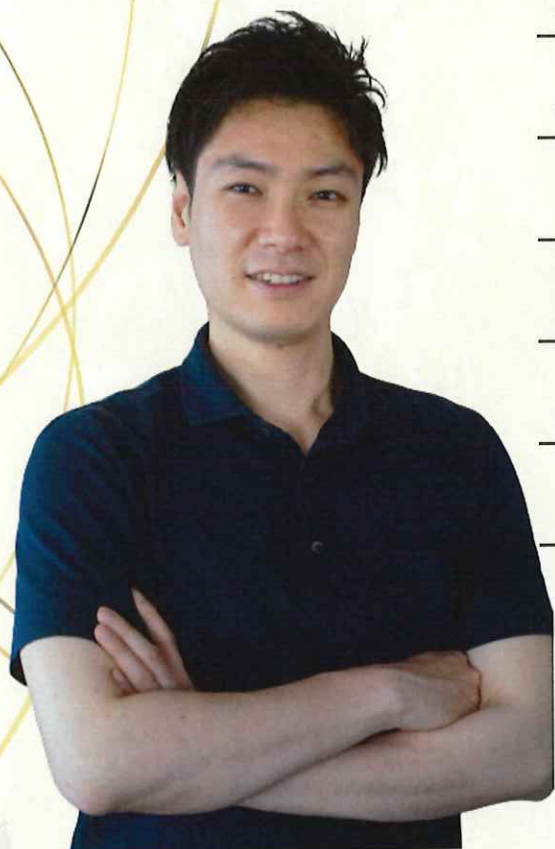
などなど

初回パーソナルトレーニング 価格（税込）

60分 2,200円

40分 1,650円

30分 1,100円



理学療法士

CSCS

スポーツシューフィッター

大内 翔太

【活動日】

木曜日 10:30~19:00

土曜日 15:00~19:00

第1,第3日曜日 10:30~19:00

その他の時間要相談

セミナーやクリニックでの仕事の都合のため左記日程でもお休みをいただいている場合があります。

パーソナルトレーニングの
ご予約はQRコードから

ジェクサー・フィットネス&スパ24横浜



パーソナルトレーニング 初回限定トライアル

お勧めの方

- ◆競技力向上 ◆時間対効果の向上 ◆関節痛改善(肩こり,腰痛,膝痛etc)
 - ◆運動習慣をつけたいけど、1人で続けられるか不安
 - ◆トレーニングに興味があるけど何をしたいのか分からない
 - ◆目標・目的があるけど何をしたいか分からない(ダイエット,筋力アップetc)
- お客様に合ったトレーニングメニューをご提案します。



【担当トレーナー】鈴木 統貴 (スズキ モトキ)

【経歴】

2010~2012年 高校男子バスケットボール部ストレングス&コンディショニングトレーナー

2012年~ フィットネスクラブ パーソナルトレーナー

2022~2023年 大学レスリング部ストレングス&コンディショニングトレーナー

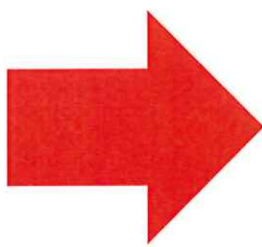
【実績】

50代女性-15kg(6カ月)

70代男性ゴルフ飛距離向上

60代女性ゴルフスコアアップ

通常価格(税込)
7,700円/60分
5,115円/40分
3,850円/30分



初回限定トライアル価格

4,950円/60分

3,465円/40分

2,750円/30分(税込)

【料金】

30分 3,850円(税込)
40分 5,115円(税込)
60分 7,700円(税込)

【活動日】

木曜 14:30~21:30
金曜 11:00~21:30
土曜 10:30~19:00

【回数券料金】

60分×4回 29,876円(税込)
60分×8回 58,520円(税込)
※30分,40分の回数券もあります。

- ※鈴木トレーナーのパーソナルトレーニングを初めて受講される方が対象となります。
- ※回数券購入ご希望の方はトレーナー同伴の上、フロントまでお越し下さい。
- ※活動時間はトレーナーの都合により異なる場合があります。詳しくはweb予約画面よりご確認ください。
- ※ご入金の際はこちらのチラシ又はホームページキャンペーン画面をご提示いただき時間をお伝え下さい。
- ※お支払い時にトレーニング時間をお伝えください。
- ※ご予約はWEBマイアカウントページよりお願いいたします。

ジェクサー・フィットネス&スパ24横浜

ジェクサー・フィットネス&スパ 24 横浜 パーソナルトレーナー 一覧

2024年8月1日現在

専門分野	氏名		活動曜日/時間	料金(税込)	回数券料金(税込)/備考
初心者指導 姿勢改善 ボディケア シェイプアップ	鈴木 統貴 スズキ トモキ		木 14:30~21:30 金 11:00~21:30 土 10:30~19:00	30分 3,850円 40分 5,115円 60分 7,700円	60分×4回 29,876円 60分×8回 58,520円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
機能改善 姿勢改善 ボディケア コンディショニング	大内 翔太 オオウチ ショウタ		木 10:30~19:30 土 15:00~19:30 日(第1. 第3) 10:30~19:30	30分 3,575円 40分 4,766円 60分 7,150円	回数券販売はございません。 【資格】 理学療法士 CSCS スポーツシューフィッターマスター スポーツシューフィッター ペディキュール・ボドログ
ボディメイク ダイエット シェイプアップ コンディショニング	池田 涼真 イケダ リョウマ		火 19:00~21:30 水 10:30~16:00 日 18:00~19:00	60分 9,900円	回数券販売はございません。 女性の為のトレーニング、コンディショニング 効率の良いボディメイクを行います。 【資格】 NESTA-PFT JATI-ATI NASM-PES NESTA-GCS (ゴルフコンディショニングスペシャリスト)
タイ古式マッサージ シェイプアップ コンディショニング 姿勢改善	渡邊 卓也 ワタナベ タクヤ		水 10:30~15:00 木 17:00~22:00	30分 3,575円 40分 4,766円 60分 7,150円	回数券販売はございません。 【資格】 全米S&C協会認定パーソナルトレーナー NESTA フィットネスファスティング協会アドバイザー ダイエットビューティースペシャリスト タイ政府公認タイ古式マッサージ認定校卒業
ランニング コンディショニング	中村 大介 ナカムラ ダイスケ		火 10:30~13:00 木 15:00~21:00 金 10:30~20:00 日 10:30~14:00	30分 3,575円 40分 4,766円 60分 7,150円	回数券販売はございません。 【資格】 日本ホリスティックコンディショニング協会 フィジカルコンディショナー ボディランブインストラクター ボディコンバットインストラクター 【お客様へひと言】 ランニング初心者、自己記録の更新を狙うベテランの方まで快適なランニングライフをサポートします。
ダイエット シェイプアップ 初心者指導	岩本 光平 イワモト コウヘイ		火 10:15~13:00 金 10:15~21:00	30分 3,575円 40分 4,766円 60分 7,150円	回数券販売はございません。 【資格】 JATI認定トレーニング指導者 【お客様へひと言】 運動が苦手な…ジムは初めて…そんな方もご安心ください！
ボディメイク 体力向上 柔軟性向上 機能改善	MIWA		土 10:15~11:00 ※その他、ご希望日ございましたらご相談ください。	60分 9,900円	回数券販売はございません。 女性限定 パーソナルトレーナー 【資格】 NESTA-PFT 協栄シェイプボクシング 認定インストラクター K-1FIT FIGHT 認定インストラクター FTPベアシックマッパライティスインストラクター モムチャンフィットネスCore
ボディメイク シェイプアップ ダイエット パフォーマンス向上	小島 一球 コジマ イッキウ		トレーナーに要相談	60分 8,000円 40分 5,333円 30分 4,000円	回数券の販売はございません。

※当日キャンセルの場合キャンセル料としてご予約料金の50%を頂きます。回数券でご予約の場合1回消化とさせていただきます。予めご了承ください。
※次月の予約は毎月16日以降よりご予約可能です。※WEBからのご予約となります。
※活動時間はトレーナー都合により異なる場合がございます。詳しい時間はWEB予約画面よりご確認ください。

ジェクサー・フィットネス&スパ 24 横浜 パーソナルトレーナー 一覧

2024年8月1日現在

専門分野	氏名	写真	活動曜日/時間	料金(税込)	回数券料金(税込)/備考
ボディメイク ダイエット シェイプアップ 食事指導	ウルシバ 漆畑 ヴィクトル		木 13:00~22:00 日 14:00~19:00	30分 4,400円 40分 5,866円 60分 8,800円	30分×4回 17,600円 30分×8回 33,440円 60分×4回 35,200円 60分×8回 66,880円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
ボディメイク ダイエット シェイプアップ	ヒラノ エイイチロウ 平野 永一郎		水・木・金 10:30~21:00 土・日 10:30~19:00	30分 3,300円 40分 4,400円 60分 6,600円	30分×4回 13,200円 30分×8回 25,126円 60分×4回 26,400円 60分×8回 50,265円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
ボディメイク ダイエット シェイプアップ	アシタ リョウマ 芦田 峻馬		火・木 10:30~22:00 土・日 10:30~19:00 水(要相談)	30分 3,300円 40分 4,400円 60分 6,600円	30分×4回 13,200円 30分×8回 25,126円 60分×4回 26,400円 60分×8回 50,265円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
ボディメイク ダイエット シェイプアップ	ハラ ヒョウガ 原 彪我		水・木 10:30~22:00 土 10:30~19:00 火・日(要相談)	30分 3,300円 40分 4,400円 60分 6,600円	30分×4回 13,200円 30分×8回 25,126円 60分×4回 26,400円 60分×8回 50,265円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
ボディメイク ダイエット シェイプアップ	トザワ ショウ 戸澤 翔		火・水・木 10:00~22:00 土・日 10:00~19:00	30分 3,300円 40分 4,400円 60分 6,600円	30分×4回 13,200円 30分×8回 25,126円 60分×4回 26,400円 60分×8回 50,265円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
ボディメイク ダイエット 減量・増量 食事指導 中高年の方	コジマ セイコ 小嶋 成子		水 17:00~21:00 木 10:30~14:00	60分7,700円	60分×4回 30,030円 60分×6回 44,550円 60分×12回 85,140円 ※回数券購入には担当トレーナーと同意書の契約が必要になります。詳しくはご希望のトレーナーまでお問い合わせください。
痛み改善 動作改善 血流改善 うつ血・しこり除去 連動性トレーニング	ハンノ サチコ 半野 左知子		第1・第3/火曜日 10:30~17:30 (最終受付17:00) 第2・第4/金曜日 10:30~17:30 (最終受付17:00)	40分6,600円	回数券の販売はございません。
ボディメイク 動作改善 コンディショニング 食事指導	ヨコヤマ ナツミ 横山 菜摘		火・水・金	30分3,300円 60分6,600円	回数券の販売はございません。

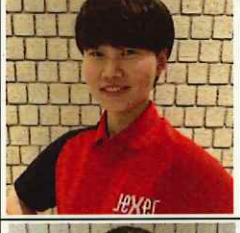
※当日キャンセルの場合キャンセル料としてご予約料金の50%を頂きます。回数券でご予約の場合1回消化とさせていただきます。予めご了承ください。

※次月の予約は毎月16日以降よりご予約可能です。※WEBからのご予約となります。

※活動時間はトレーナー都合により異なる場合がございます。詳しい時間はWEB予約画面よりご確認ください。

ジェクサー・フィットネス&スパ 24 横浜 パーソナルトレーナー 一覧

2024年8月1日現在

専門分野	氏名		活動曜日/時間	料金(税込)	回数券料金(税込)/備考
ダイエット シェイプアップ ボディメイク 食事指導 初心者指導	ヤノ 大地 谷野 大地		ジェクサースタッフ パーソナルトレーナー ご予約はwebから 空き枠のみとなります。 予めご了承ください。	30分 3,300円 40分 4,400円 60分 6,600円	30分×4回 13,200円 30分×8回 25,080円 60分×4回 26,400円 60分×8回 50,160円 回数券を購入する際に、 申込書の記入がありますので スタッフまでお問い合わせくださ い
ダイエット シェイプアップ 食事指導 初心者指導	ソヤマ ネネ 曾山 音々		ジェクサースタッフ パーソナルトレーナー ご予約はwebから 空き枠のみとなります。 予めご了承ください。	30分 3,300円 40分 4,400円 60分 6,600円	30分×4回 13,200円 30分×8回 25,080円 60分×4回 26,400円 60分×8回 50,160円 回数券を購入する際に、 申込書の記入がありますので スタッフまでお問い合わせくださ い
ダイエット シェイプアップ 食事指導 初心者指導	オウダ キョウカ 奥田 京香		ジェクサースタッフ パーソナルトレーナー ご予約はwebから 空き枠のみとなります。 予めご了承ください。	30分 3,300円 60分 6,600円	期間限定 30分2,200円 60分4,400円
ダイエット シェイプアップ 食事指導 初心者指導	セキガワ カモメ 関川 花木芽		ジェクサースタッフ パーソナルトレーナー ご予約はwebから 空き枠のみとなります。 予めご了承ください。	30分 3,300円 60分 6,600円	期間限定 30分2,200円 60分4,400円
ダイエット シェイプアップ ボディメイク 食事指導 初心者指導	イワイ アオグ 岩井 仰		ジェクサースタッフ パーソナルトレーナー ご予約はwebから 空き枠のみとなります。 予めご了承ください。	30分 3,300円 60分 6,600円	期間限定 30分2,200円 60分4,400円
ダイエット シェイプアップ 食事指導 初心者指導	イシイ アヤコ 石井 綾子		ジェクサースタッフ パーソナルトレーナー ご予約はwebから 空き枠のみとなります。 予めご了承ください。	30分 3,300円 60分 6,600円	期間限定 30分2,200円 60分4,400円
姿勢改善 機能改善 パフォーマンス 向上 体幹強化	ナカムラ アヤ 中村 理		水曜 その他要相談	30分 3,300円 60分 6,600円	回数券の販売はございません。

※当日キャンセルの場合キャンセル料としてご予約料金の50%を頂きます。回数券でご予約の場合1回消化とさせていただきます。予めご了承ください。
 ※次月の予約は毎月16日以降よりご予約可能です。※WEBからのご予約となります。
 ※活動時間はトレーナー都合により異なる場合がございます。詳しい時間はWEB予約画面よりご確認ください。