

Gym Trainer

スポーツジム高輪

SPORTS
GYM
TAKANAWA

さいとう すぐる
齋藤 卓



SUGURU SAITOH

トレーニングメニュー

コア(体幹)トレーニング
自重トレーニング
フリーウェイトトレーニング

マシントレーニング
コンディショニング
ストレッチ

お客さま一人ひとりの理想像に限りなく近づけるよう、サポートさせていただきます。また、楽しく続けられるようにトレーニングをお伝えできればと思っております。