

# JOYFIT

## PERSONAL TRAINER

パーソナルトレーナー

コグレ ヒロム

### 小暮 宏武

96年生まれの茨城県出身。  
サッカー歴18年を経てジョイフィットへ。  
私自身も理想の身体を目指しボディメイクに取り組んでいます。  
あなたの目的に合ったトレーニングメニューを作成し一緒にトレーニングをしていきます。  
あなたの理想のカラダを一緒に実現していきましょう。全力でサポートいたします。

～PROFILE～

- ・生年月日：1996年1月5日
- ・趣味：筋トレ・映画ドラマ鑑賞・パンケーキ巡り
- ・スポーツ歴：水泳6年  
サッカー18年（全国大会・国際大会出場経験あり）  
ボディコンテスト（出場経験あり）

**GIMMY**登録で  
JOYFIT非会員様でも受講可能！



### マンツーマンで 最適なトレーニングを指導

- お客様の目標に合わせてパーソナルトレーナーとマンツーマンでトレーニングを実施。30分・60分からお選びいただけます。
- ダイエット・ボディメイク・スポーツ競技のパフォーマンス向上など、さまざまなご希望にお応えします。



QRコードをタップしてダウンロード

### JOYFIT非会員様ご利用料金

【ご予約・ご相談】  
LINEで簡単予約  
ご予約はこちらからも  
承っております



**PERSONAL  
TRAINER**

30分→¥3,850円(税込)

60分→¥7,700円(税込)

90分→¥11,550円(税込)