

JUST F/T 24

一度受けると
その後のトレーニングが
劇的に変わる!!

モデルやアスリート、1000人以上のクライアントの
身体を変えた横山翔太の直接指導トレーニングを、
ここJUST FIT 24で受けられます!

MESSI 株式会社 (LAMUDA / JUST FIT 24)
代表取締役社長

横山翔太
直接指導

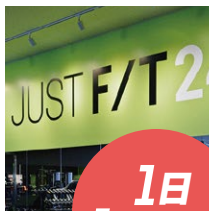
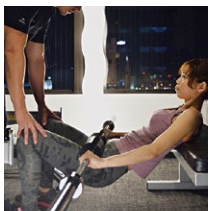
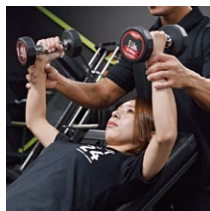
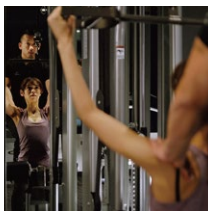
Shota
Yokoyama
PERSONAL
TRAINING

パーソナルトレーニング

✓ 女性の効果的なダイエットに

✓ 初心者のトレーニング効率アップ

✓ 筋トレ上級者をさらなる高みへ



1日
1人限定

JUST F/T 24

PRODUCED BY LAMUDA

1日1人限定! 80分間の徹底指導 パーソナルトレーニング。

一人ひとりの体力や筋力、身体のバランス、生活習慣に合わせた内容で、理想の身体をつくるためのトレーニングを直接指導します。ダイエットやボディメイク、筋力アップなど目的を持ってトレーニングしたい方に効果的なトレーニング方法を身につけられます。

料金

横山翔太 直接指導 パーソナルトレーニング	初回	カウンセリング 15分 トレーニング 80分	初回特別価格 ¥10,000 (税込)
	2回目 以降	トレーニング 80分	4回パック ¥70,000 (税込) 1回あたり¥17,500

場所: ジャストフィット24 各店舗
西口駅前店 | 今泉町店 | 若松原店

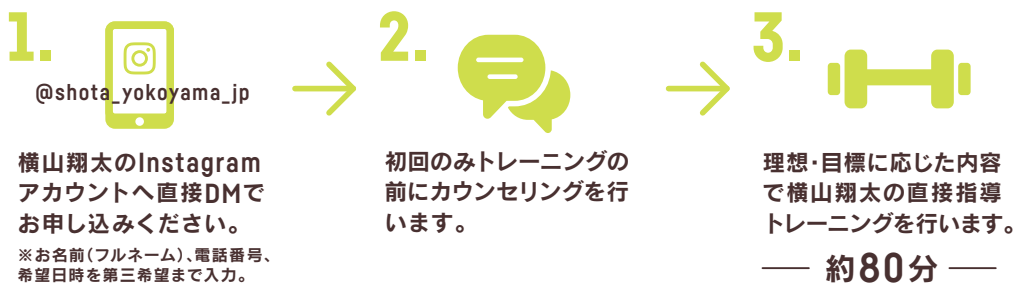
完全予約制/1日1人限定

月曜・火曜・木曜・金曜 10:00~22:00(最終20:30~)

1回だけでもOK! 今後の成果が 大きく変わります。

女性モデルからアスリートまで幅広いボディメイク実績のあるパーソナルトレーナー横山翔太があなただけのトレーニングメニューをお伝えしますので、1回受けるだけでも今後のトレーニングが大きく変わります。継続して指導を希望される方には4回のパックをご案内しております。

インスタから簡単予約!



※1日1人限定の先着予約制のため、ご希望の日時に予約ができない場合があります。予めご了承ください。
※お支払いはトレーニング当日に現金でお支払いとなります。※場所はJUST FIT 24のご指定の店舗で行います。



Executive Trainer

横山 翔太

Shotaro
Yokoyama
PERSONAL
TRAINING

東洋科学と西洋科学を調和させたトレーニング、ボディケア、栄養学を用いて心と体を健康にし、理想のカラダへと導く専門家。

筋肉がつきづらい、脂肪はつきやすい、きついことを続けられない、食べることが大好き、そんな横山自身のカラダさえも変えることができた“心と体を成長させる”独自のメソッドを確立。これまでモデルやプロスポーツ選手をはじめ1,000人以上のクライアントのボディメイク、肉体改造を成功させた経験を持つ。

資格 全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会認定
パーソナルトレーナー

実績 橋本 SC ストレングスアドバイザー
橋本プレックス ストレングスコーチ
(2016-17 シーズン B リーグ優勝時)

受賞 2013 年ベストボディ・ジャパン
《フレッシュアズクラス 優勝》
2016 年 JBBF 関東オープン選手権
《メンズフィジーク部門 176 cm 以下級 準優勝》
2018 NPCJ JAPAN OPEN
《メンズフィジーク 178cm 以下級 3 位》