

経験豊富なトレーナーがパーソナルトレーニングジムを東京都渋谷区の恵比寿にNEW OPEN



競技者としてパワーリフティングの知識や技術を活かした指導を行うパーソナルトレーニングジム「Entwurf Body Design」が[2023年3月1日](#) に東京都渋谷区の恵比寿にオープンし、[2023年4月3日](#)より新規会員の募集を開始しました。

【店舗情報】

営業時間：8:00 23:00

定休日：不定休

住所：[東京都渋谷区東3](#)丁目9-3 GranDuo恵比寿IV 601号室

アクセス：

恵比寿駅 徒歩8分

広尾駅 徒歩16分

渋谷駅 徒歩16分

【背景】

ボディメイクやダイエットでお悩みの方から肩こり、腰痛、姿勢改善まで、一人ひとりのお悩みに合わせたトレーニングメニューを制作し、コンディショニングや体の使い方、食事指導を通して早期改善し、お望みの体を目指します。

完全個室のプライベート空間で最高級のトレーニングを体験しませんか。

【サービス概要】

お客様に最適なトレーニングを提供します。

＜3つの特長＞

1：一人ひとりに合わせたトレーニングで目標まで最短化

一人ひとりの体の状態を正確に判断し、最適なトレーニングメニューを提供しています。

そのため、結果が早く現れるのが特徴です。

ボディメイクやダイエットから肩こりや腰痛などの悩みも解消でき、同時に美しい姿勢を手に入れることができます。

新規入会者は1ヶ月につき5名までと制限しており、お客様一人ひとりに満足していただけるトレーニングを提供し、お望みの体型に向けて全力でサポートいたします。

2：コンディショニングや食事指導で体の内側から整える

トレーニングだけでなく、トレーニング効果をアップさせるコンディショニングや体内から整える続けやすい食事指導も提供しています。

肩こりや腰痛、筋肉の張っている部位をケアすることで、より効果的なトレーニングを行うことができます。

また、食事指導は健康的な身体作りをサポートするため、お客様一人ひとりの生活スタイルを考慮し、個別に合わせた指導を行っています。

3：経験豊富なトレーナーが在籍

ボディメイクや姿勢改善に必要な知識を豊富に持ったトレーナーが在籍しています。

トレーナーはパワーリフティングの経験を持ち、コンディショニングや体の使い方に精通しており、一般の方の動作や姿勢を見抜き、競技の知識を一般の人々の生活の基盤として取り入れ、パーソナルトレーニングに活かしています。

また、大手パーソナルジムの店舗責任者としての経験もあり、多数の芸能人やモデルのトレーニングを担当してきました。

【代表あいさつ】

「ボディメイクをして体を変えたい」「ダイエットでスリムになりたい」「筋肉をつけて自信を持ちたい」など、理想の美しいボディラインは人それぞれです。

そのような自身の理想の体形になるために様々あるトレーニングの中からどのトレーニングが最適か判断できずに脚が太くなったり、肩こりや腰痛が悪化したりしてしまい、ボディメイクやダイエットを諦めてしまう方も少なくありません。

「本気で変わりたい」「このままではまずいので何とかしたい」と考えている方は、Entwurf Body Designにお越しください。

競技者としてのパワーリフティングの知識と技術を活かした指導を提供します。

ボディメイクやダイエットはもちろんのこと、肩こりや腰痛、姿勢の改善にも対応しており、お客様一人ひとりの悩みに合わせて適切なトレーニングメニューを組み立て、理想や目標まで最短で成果を得るために取り組んでいきます。

あなたに合ったトレーニングやコンディショニングを準備して、お待ちしております。

白砂 峻

「Entwurf Body Design」

<https://entwurf.jp/>

【Entwurf Body Designについて】

住所：〒150-0011

[東京都渋谷区東3](#)丁目9-3 GranDuo恵比寿IV 601号室

トレーナー：白砂 峻

開業日：[2023年3月](#)
