

NASパーソナルトレーナー



山浦(OrangeCaT)

あなたの理想に

全力サポート



PROFILE

戸塚、藤沢、湘南台店の3店舗で活動中
【得意分野】

運動、ストレッチによる肩・腰痛改善
無理のない食事管理、
運動習慣でのダイエット
初めてのフリーウェイト

MESSAGE

お身体に不調のある方、トレーニングが初めての方、是非ともサポートさせていただきます!

身体の不具合を解消することで身体はより改善していきます!

分からないことがあればいつでもお声かけください!

基本シフト 月10:30-22:00 (他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー



だいち(OrangeCaT)

あなたの

ベストパートナー



Orange CaT

PROFILE

迷ったらだいち!

OrangeCaT株式会社 代表取締役

あなたのベストパートナー!

人生最高の相談役を目指します!!

【得意分野】

マシンの使い方 / ダイエット / 引き締め

姿勢改善 / 整体 / ストレッチ / リラクゼーション

MESSAGE

こんな方におすすめ

- 姿勢を良くしてスタイルアップしたい
- 1人じゃ続けられない(やれば変わるのを知ってる)
- 痩せたい(でも美味しいものやお酒はやめられない)
- 気持ちは頑張ってるけど効果が出ない
- お腹・お尻・背中(結局は全身)のたるみが気になる

基本シフト 水10:30-14 金15:00-19:00 日12:00-18:00 (他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー



中濱(OrangeCaT)



身体の使い方で

未来が変わる。



Orange CaT

PROFILE

【経歴】

学生時代に水泳、陸上競技に携わり社会人では陸上競技の選手でした

【得意分野】

初めてトレーニングされる方から本格的に運動される方、パフォーマンス向上を目指している方、コンディショニング、ダイエット、ゴルフ

MESSAGE

動けるカラダはとっても大切です。
一人一人と向き合って健康や目的に合わせたサポートをさせていただきます。
集中して効率がいい、でも楽しい、そんなトレーニングをお伝えしていきます。
基本シフト 火17:00-22:00 (他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

NASパーソナルトレーナー



ほうち
宝池(OrangeCaT)

カラダもココロも

元気にします！



Orange CaT

PROFILE

- **JAMPS**認定
メディカルコンディショニングトレーナー
- **PHI** ピラティスジャパン
マットI&IIインストラクター

【得意分野】

姿勢改善 / コアトレーニング / ボディメンテナンス
/ 筋力アップ

MESSAGE

姿勢改善や筋力アップ、痛みの改善など是非
ご相談ください。

まずは自分の現状を知ることが大切です。そ
こから日々必要な運動をコツコツ続けてい
るよう、サポートさせていただきます！

基本シフト 火10:30-22:00 (他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

SPORTS CLUB **NAS**

NASパーソナルトレーナー



KOUTA 【幸太】
(Orange CaT)

僕が全力で

サポートします！



PROFILE

〈得意分野〉

- ・運動初心者～中級者の方のトレーニングサポート
- ・上級者向けトレーニングサポート(正しい減量法、増量法)
- ・コンディショニング(姿勢改善、柔軟性向上、機能改善)

〈取得資格〉

パーソナルトレーナー国際資格NSCA-CPT

〈大会実績〉

SUMMER STYLE AWARD関東大会 準優勝
SUMMER STYLE AWARD日本大会 TOP10

MESSAGE

運動初心者～上級者まで幅広くトレーニングサポートが可能です！せっかくジムに入会したなら最短で理想のカラダを手に入れましょう！

マシンの使い方や筋トレ方法はもちろんカラダのコンディショニング向上、ダイエットや筋肉増量まで全てサポートいたします！まずはカウンセリングでお悩みを聞かせてください！

PRICE

45分	6,600円
60分	7,700円
90分	11,550円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

NASパーソナルトレーナー



おくの
奥野 (OrangeCaT)

楽しく身体を

変えましょう

PROFILE

【経歴】

レスリング、総合格闘技の経験を活かして強豪校で技術指導、トレーニングコーチをしていました。

【得意分野】

効果的なマシンの使い方/ダイエット/引き締め姿勢改善/筋力アップ/減量・増量/健康維持



Orange CaT

MESSAGE

トレーニング問わず何でもご相談ください。一緒に目標に向けて頑張りましょう。ストレスフリーなフィットネスを心掛けているので安心してお声かけください。

基本シフト 月・水・金・日(他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーナーにより料金が異なります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

SPORTSCLUB **NAS**

NASパーソナルトレーナー



いしかわ

石川 (OrangeCaT)

栄養面からも

徹底サポート



Orange CaT

PROFILE

ー10kg、ヒップアップ、お腹の引き締めexc.
私に何でもお任せください！

【資格】

管理栄養士

OrangeCaT認定トレーナー

【得意分野】

ダイエット/バルクアップ/体幹トレーニング/肩こり腰痛
改善/効果的なマシンの使い方/基礎代謝アップ

MESSAGE

トレーニングはもちろん栄養面からもしっかりサポートさせていただきます！

ダイエットのコツはズバリ食事とトレーニングを正しく無理なく行うこと。

そしてしっかり休むこと。

ぜひお気軽にご相談ください。

基本シフト 月・火・水・土・日

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーナーごとの料金相違があります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

SPORTSCLUB NAS

NASパーソナルトレーナー

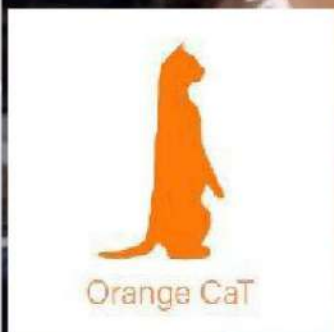


おおはし

大橋 (OrangeCaT)

初心者の方

大歓迎です！



PROFILE

私自身も72kg→48kgのダイエットを経験しました

【資格】

食生活アドバイザー

日本ストレッチ協会 セルフ&パートナー

【大会実績】

BEST BODY JAPAN入賞

SUMMER STYLE AWARD 新人類 準優勝

SUMMER STYLE AWARD rookie bikini model 準優勝
bikini model 入賞

MESSAGE

ボディメイクコンテスト入賞の経験と身体の専門知識を活かして、ぜひあなたの理想の身体作りをサポートさせていただきます！

どなたでもお気軽にご相談ください！

基本シフト 月・火・水・金(他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※トレーニングに限り料金相違があります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

2025/2/18

SPORTS CLUB NAS

NASパーソナルトレーナー



せき こうたろう
関 浩太郎
(OrangeCaT)



Orange CaT

PROFILE

【経歴・実績】

- | | |
|------------------|----|
| FWJメンズフィジークコンテスト | 1位 |
| JBBFメンズフィジーク神奈川 | 1位 |
| JBBFメンズフィジーク東日本 | 2位 |

MESSAGE

トレーニングが変われば
身体は確実に変わります。

基本シフト 月10:30-18:00金13:00-22:00 (他は要相談)

PRICE

45分 6,600円

60分 7,700円

※1レッスンに1回料金がかかります。
※記載の料金は全て消費税込みとなります。

トレーナー紹介

池田 欣子

IKEDA KINKO

NAS
FUJISAWA



毎日同じトレーニングで満足していませんか？
体のクセやゆがみを改善して正しい姿勢でトレーニングが出来るように指導します。
更にトレーニングアップ効果のUPが期待できます。

得意分野

筋膜リリース
O脚改善
体のクセ改善

美尻トレーニング
姿勢改善
柔軟性UP

受付時間

要相談

料金 (お支払総額)

30分	3,300円
45分	4,950円
60分	6,600円
回数券	
45分 4回	17,496円
8回	34,992円
60分 4回	23,328円
8回	46,656円
パートナーストレッチ	
20分	2,200円

取得資格

- NESTA
パーソナルフィットネストレーナー
シニアフィットネススペシャリスト
ファンクショナルアナトミー
スペシャリスト
- 高齢者運動指導士
- シニアヨガインストラクター
- レスミルズ認定
ボディバランスインストラクター

トレーナー紹介

矢嶋 直樹

YAJIMA NAOKI

NAS
FUJISAWA



あなたはどのような身体をお望みですか？

- ・男性らしい「強靱な身体」
 - ・女性らしい「魅せる身体」
 - ・痛みに悩まされない「快適に過ごせる身体」
- 人は努力次第でいくらでも変われます。
ご興味を持たれた方、まずはご相談ください。

得意分野

障害の予防と改善：

肩こり・腰痛などの慢性疾患を運動と治療の両面からサポートします。

マッサージ&ストレッチ：

運動前後のケアやお風呂上りのリラクゼーションとして最高です。

シェイプアップ：

減量に特化した運動と食事指導を行い理想の体重を目指します。

受付時間

月 10:30~22:00

水 10:30~22:00

金 10:30~22:00

※その他はご相談ください。

料金 (お支払総額)

30分 3,300円

45分 4,950円

60分 6,600円

回数券

45分 4回17,496円

8回34,992円

60分 4回23,328円

8回46,656円

取得資格

健康運動指導士

JATI-ATI

鍼灸師

あん摩マッサージ指圧師