

PERSONAL GYM
KOA.STUDIO
パーソナルジム西新井



自分史上
最高の身体を
手に入れる



パーソナル
トレーニング
×
整体・ストレッチ
×
加圧BFR
トレーニング

完全個別プログラム

痩せたい・筋力をつけたい・運動不足を解消したいだけでなく、
身体の不調改善や姿勢改善まで
骨格に合ったトータルサポートをいたします。

当ジムでは、パーソナルトレーニングに加え、整体・ストレッチ
加圧BFRトレーニング・骨格診断など身体調整を組み合わせ、
解剖学・運動学に基づいたアプローチを行っています。
実は、腰痛や肩こり、姿勢不良の多くは、単純な筋力・柔軟性不足
だけでなく、歩き方や身体の使い方の癖や日常生活の習慣が
関係します。そのため、ただ鍛えるだけではなく、私生活・目的や
身体に合わせて、効率的且つ効果的な指導を提供いたします。

- ☒ 硬くなった筋肉へのアプローチ（ストレッチ・ケア）
- ☒ 骨盤・背骨周囲のコンディショニング
- ☒ 正しい姿勢を維持するインナーマッスル強化
- ☒ 日常動作や歩行動作の改善 など

「マッサージではすぐに戻ってしまう」「産後で骨盤の歪みなどが不安」
「運動したいけど腰痛や肩痛が不安」「トレーニングが初めて」
「子どもの姿勢矯正や正しい走り方を教えてほしい」
そんな方にもおすすめです！

また、ダイエットやボディメイクだけでなく、
野球などのスポーツパフォーマンス向上にも対応。
身体の構造や動作を分析し、“鍛える”+“整える”こと
で、動き易く疲れにくい身体づくりを目指します。



高品質
マシン導入



完全個室



全面人工芝で
シューズ不要



子連れ
ベビーカーOK



初心者歓迎

ご予約はこちら

080-9990-6334

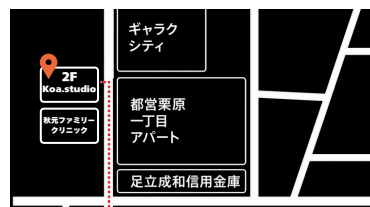
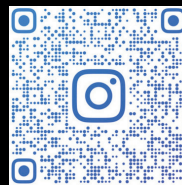
koa.studio2725@gmail.com

営業時間 7:00 - 23:00

定休日 年末年始

ホームページ

Instagram



東武スカイツリーライン
西新井駅 徒歩2分
大師前駅 徒歩13分
梅島駅 徒歩15分
竹ノ塚駅 徒歩22分

キャンペーン

先着

10

名様限定

入会金 & 体験料 & LINE食事指導

入会金
16,500円(税込)

0円

トレーニング体験料
6,600円(税込)

0円

LINE食事指導
11,000円(税込)

0円

*先着人数に達し次第終了となりますので、HPや各SNSよりお気軽に御予約ください。

LINEで
細かくサポート
してもらえる!!



食事の悩みも
いつでも相談OK!

