

見た目が変わると… 自信につながる!

体型 アンチエイジング

見た目を変えるボディメイク術

11/ @見晴亭
27 水
19:00~20:30

参加者特典

【体脂肪減量
ロードマップ
プレゼント!】

- ✓ 体型アンチエイジングの基本は“姿勢”から
- ✓ 理想の体型の見つけ方 (理想の体脂肪率は何%?)
- ✓ 見た目における脂肪と筋肉

講師

日本抗加齢医学会指導士・柔道整復師・鍼灸師・パーソナルトレーナー

上野原出身 1984年生まれ
パーソナルジム【ハレバレコンディショニング】代表

坂本 大地

専門学生の頃よりアンチエイジングについて興味を持ち、治療院へ就職後に最新の医学的知見に触れたいとアンチエイジングの最前線である日本抗加齢医学会の指導士を取得。その後パーソナルトレーナーに転身し治療もトレーニングも出来るトレーナーとして沢山の方の指導をしていく中で自らもボディメイクの大会に出場したことをきっかけに食生活など中身が伴えば見た目も飛躍的に変化することを実感し以前より知見のあった、アンチエイジングとトレーニングを組み合わせた方法を確立。現在では「人生を変える見た目と中身を手に入れる」方を一人でも増やせるように一瞬ではなく一生続けられるボディメイクを伝えるために日々活動している。

お申し込みは
こちら

