

あなたの声を、お聞かせください。

いつも、私のパーソナルトレーニングをご受講いただきまして、誠に、ありがとうございます。
今後もより多くのお客様に喜んでいただくため、アンケートへご協力いただければ幸いです。
ご受講、感謝を申し上げますと共に、今後もご愛顧いただけますよう、お願い申し上げます。

パーソナルトレーナー 高田 洋史



お名前

ウエー 綾子

性別

男 女

年代

40

代

ご職業

フィットネストラック

Q1、トレーニングを始めようと思ったきっかけは、何でしょうか？

自身もフィットネストラクターとして働く上、もっと自分の知識を増やしたい。効果的なトレーニングをしたい。お客様の見本となる仲間をいいたい。思いつきで1度少し初心に戻り誰かの指導を受ける意義があると感じたから。

Q2、私を、パーソナルトレーナーとして選んでいただいたきっかけは、何でしょうか？

同僚と行っ、NESTAのPFT勉強会にて高田先生の知識に感銘を受けました。この先生に運動を教わって頂けたら、今の自分に足りないものがきっとわかるだろうと感じたからです。

Q3、私の、パーソナルトレーニングを受けていただいて、ご感想はいかがでしたでしょうか？

最初のセッションで少し緊張を覚えたのですが、全て未知の世界でした。こんなに細い身体の仕組みは、インストラクターとして参加したものの、ジョブで教わっていただけでした。それ以降、自分の教わっているBody Pumpの細いテクニックを教わって頂けたら、それはUSのLes MillsのAIMのスキルよりはるかによいため大変役に立ちました。

Q4、トレーニングを始めて、お身体やお気持ちに、効果・変化はありますか？

高田先生に、食のレポートも見て頂き、食レポにもかなり気をつけるようになった。自分もお客様にもっと的確なアドバイスができるようになった。自分で行くトレーニングも基礎はできると信じていたのが、もっと効果的なものができるとなるようになった。

Q5、これからパーソナルトレーニングを受けてみようと思っている方へ、アドバイスをお願いいたします。

何かをはいめス！というスイッチが入るまでは誰かに押しもらうものではなく自分でいれるものだと思います。もしそのスイッチが入らないう高田先生は、まろがりなくゴールへと導いて下さいます。

ご記入ありがとうございます。本内容については、HPやSNSなどでご紹介させて頂く場合がございます。