

# パーソナルトレーナー 大塚 敬幸 (おおつか たかゆき)

## 《資格》

KAATSUスペシャルインストラクター  
AFAA認定PFT・KICK・MAT・KIDS  
健康運動指導士  
ファンクショナルゴルフトレーナー  
キネシオテーピングトレーナー  
骨格矯正SPATトレーナー  
整体師 など多数



## 《経歴》

- ・東京大学病院で特任研究員として5年間勤務
- ・これまで述べ10000人以上のトレーニング指導
- ・千葉国体トレーナーとして選手をサポート
- ・フィットネス団体AFAAにて、セミナー実施
- ・千葉市のゴルフスタジオで石渡俊彦氏に師事し  
golfer向けの身体調整を実施中

## 《オススメの方》

ゴルフの飛距離を  
アップしたい方



美肌になりながら  
痩せたい方



## 《一言》

運動の効果が実感できない方、一緒に身体を造り変えましょう！

## 《活動予定日》

木曜日(他の曜日は要相談)



# こんな悩みありませんか？

ゴルフの

飛距離アップ

をしたい！

パーソナルトレーナー

大塚敬幸

美肌

になりつつ

キレイに**瘦**たい



## 加圧トレーニングなら可能です！



大塚 敬幸 (おおつか たかゆき)

活動予定日

木曜日

問合わせ

kaatsu\_smart@yahoo.co.jp

他の曜日はご相談下さい

料金 約45分 5,400円 (施設利用料込)



# 加圧トレーニング体験



血液を止めるなんて、危なくないの？  
アスリートにも効果あるの？  
高齢者でも出来るの？



加圧トレーニングに対する不安を解消します



大塚 敬幸(おおつか たかゆき)

問い合わせ

[kaatsu\\_smart@yahoo.co.jp](mailto:kaatsu_smart@yahoo.co.jp)

体験25分 3,300円 (施設利用料込)