

新しい取組
を応援！！

起業 創業

事業概要

もともと身体を動かすことが好きで、20歳の頃からフィットネスクラブに勤務。運動指導を通じてお客様の身体が変わり、喜んでいただけたことにやりがいを見出し、28歳の頃、パーソナルトレーナーの資格を取得した。もっと運動のすばらしさを多くの方に広めていきたいとの思いから、ピラティスインストラクターの妻と一緒に、2人の夢であった個人指導に特化した施設の開業を決意した。

勉強会等で同業者との情報交換を行ったり、世間の需要取り入れることで、お客様の満足度の高いトレーニングジムづくりに努めている。

事業の成果及び今後の展開

完全予約制で一コマあたり、1度に利用できる人数は3人までと、プライバシーと衛生面に配慮した空間で、トレーナーの目も行き届く、安全で効果的な指導を受けることができる。

パーソナルトレーニングでは、解剖学的なアプローチや、生活習慣の見直しのカウンセリングなど、総合的に体を良い方向に変えるための指導を行い、お客様自身の意識改革のきっかけとなるような手伝いを行う。厳しく指導するのではなく、運動指導の1時間を通じて残りの23時間をどう過ごすかを考えていただくことを大切にしている。

またスポーツの秋の10月に開業ということもあり、周年ごとに「オトナのスポーツテスト」を実施しており、イベントを通じて皆さんに体を動かすことの喜びを知っていただけるような取組も実行中である。

それぞれの健康づくりに寄り添う個人指導型運動支援事業

業種	その他生活関連サービス業 (トレーニングジム)	実施事業	店舗賃借、施設整備、備品購入、広報	実施年度	R3 起業創業資金支援事業
地区	本渡				



広々とした空間で
運動を楽しむことができる

運動前のストレッチで
可動域を広げることも大切ー



1台で多くの種類の運動ができる
全身を鍛えることが可能



有酸素運動に特化したマシンも



Wellness Support HOPE

住所：天草市南新町4-5 江崎ビル3F

電話：0969-24-8255

HP：<https://wellnesssupport-hope.business.site>

インスタグラム：wellness_support_hope

ほかfacebookでも情報発信中



WELLNESS_SUPPORT_HOPE