□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□□□

この記事を書いた人

とも

エンジニアとして働いていた時に友人の心身の不調を目の当たりして、身体への興味を持ち始めトレーナーとしての道を歩み始める。解剖学の観点からお客様の身体の状態に最適なアプローチをケアとトレーニング両方の観点からサポートします。