

みんな頑張れ！ チームの魂を一緒に！



YOU STYLE

SINCE2013

パーソナルトレーニングジムYou style

- ・健康増進
- ・動きやすい身体作り
- ・スポーツパフォーマンスアップ
- ・不調改善



HP

高知市鴨部3-4-30 /088-856-8310

スポーツを頑張る子供の相談はこちらのLINEから↓

代表トレーナー 後藤雄

- ・合同会社You style代表
- ・高知大学非常勤講師
- ・東京、高知にて運動指導歴20年
(プロ、五輪アスリートへの指導経験あり)
- ・高知大学教育学部スポーツ科学コース卒業
- ・インターハイ、国体出場経験あり



studentアスリート高知

トレーニング、学業、学校生活まで総合的にアドバイスします！