

# Conditioning

Personal Training  
Cycling Practice

Sports Therapy

C Professional Conditioning Room  
Rehabilitation Sports massage

MENU

WB



実績 : 28,000セッション

元プロ選手が導く パーソナルトレーニング

運動生理学 エネルギー供給の仕組み  
脳の命令系統 随意運動/不随意運動  
それぞれの理論を解りやすく説明します

ストレッチ  
リハビリ

C Professional Development Project

Certified Coach, Japan Sport Association

未来のプロ選手を目指す選手の育成



C Professional  
Conditioning

info.charipro@gmail.com

090 4717 7339

Opening Hours

Mon-Fri: 11:00 - 21:00

Sat-Sun: 10:00 - 16:00



港区 新橋 御成門 完全個室 912studio

105-0004 東京都 港区 新橋 6-5-4 DIK #912

都営三田線 御成門駅 A4出口 徒歩4分

JR山手線 新橋駅 烏森口 徒歩8分





## 齊藤 清史 (サイトウ セイジ)

東京都目黒区出身 1965年生

- ・パーソナルトレーナー (Soigneur)
- ・日本スポーツ協会公認コーチ

13歳から自転車ロードレースを始め、実業団選手、ナショナルチーム(日本代表)を経てプロ契約選手へ。海外転戦後(ヨーロッパ、オーストラリア、アメリカ)帰国。トレーニングの理論(運動生理学・内分泌・解剖学・命令系統・メンタルマネジメント他)学ぶ。2001年よりパーソナルトレーナーとして活動開始。競技者として経験した自身のケガの経緯より、競技者の治療と完治に携わりキャリアを積む。トレーニング指導の他、痛みや不具合に特化したコンディショニングも提供。治療を目的とした施術者への指導(座学・触診・診たて・リハビリ・完治への施術)研修業務も請ける。

▶パーソナルトレーニング実績：28,000 セッション

2013年より、欧州のプロを目指す選手(U15, U17, U19, U23)育成を開始。進路についてコンサルティング、メディカルサポートもチームの隔たりなく提供。その他、チーム及びレースのサポートも請ける。

公益財団法人日本スポーツ協会  
公認スポーツ指導者登録証

**SPORT**  
JSPO OFFICIAL LICENSE

齊藤清史

Seiji SAITO

登録番号：0425880

有効期限：2027.09.30

[www.charipro.com](http://www.charipro.com)



**[C Professional Conditioning]**では、自身のカラダを真剣に考える方へ向けたプログラムを提供します。「パフォーマンス向上」また「ケガの完治」を目的にカラダを診ます。プロ・アマ問わず、全ての方へ提供します。



▶**カウンセリング**：思い お考え お聴かせください

■**ストレッチ**：柔軟と可動域の確認 深層部までテンションを掛け緩めます

■**パーソナルトレーニング**：ボディメイク 健康管理 食事の管理

■**サイクリングプラクティス**：初心者から選手まで 基礎から練習を指導

■**リハビリ**：痛み ケガの完治 不具合を解消します (医療機関との提携)

▶**セカンドオピニオン**：医療機関での診断お聴かせ下さい 改め診たてます

§ 福利厚生プログラム (法人契約)：スタッフの健康管理 パーソナル指導

§ ご婚礼準備のプログラム：カラダ創り ダイエット (ご一緒に実施)

◇ キャリアサポート：自立支援 アスリートからの転身 施術者への研修

◇ コーディネート：撮影協力 安全管理 コンサルティング 合宿 イベント

◇ セミナー：運動生理学 解剖学 仕組みと理論 トレーニングと練習

◆ **ユースアカデミー**：レース 練習 (レースの始め方) 基礎からの指導

◆ **デベロップメントプロジェクト**：未来のプロ選手を目指す選手の育成  
ジュニア「3年計画」選手育成プログラムを提供 (U15 U17 U19 U23)

カウンセリング / セカンドオピニオン : 無料  
 パーソナルトレーニング 60分: 11,000円  
 10回チケット: 100,000円  
 マンスリー会員 (月謝) 4回/月: 19,000円  
 法人プログラム 20回チケット: 180,000円  
 コーディネート セミナー 90分: 20,000円  
 ユースアカデミー U15 U17 : 月謝制  
 ご婚礼準備のプログラム 6-3か月 カスタマイズ

