

Conditioning

Personal Training
Cycling Practice

Sports Therapy

C Professional Conditioning Room
Rehabilitation Sports massage

MENU

WB



Tokyo



カウンセリング

ボディメイク

ウエイト調整

コンディショニング

食事の管理

リハビリ

エンデュランス

港区新橋 御成門 完全個室 912 studio

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
- ・ スポーツセラピスト
- ・ スポーツディレクター
- ・ 日本スポーツ協会公認コーチ(JSPO)
- ・ 山中湖サイクリングチーム 監督

info.charipro@gmail.com

090 4717 7339

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）を学ぶ。2001年、スポーツ施設とパーソナルトレーナー契約。2011年、神宮外苑の施設を拠点に独立。競技者として経験した自身のケガの経緯より、トレーナーとして多くの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）など研修業務も請ける。

▶パーソナルトレーニング実績：28,000 セッション

2013年育成事業開始。2017年、欧州のプロを目指す選手（U15、U17、U19、U23）の育成を開始。選手としての準備（カラダ・練習・メンタル・振る舞い・知識）と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、スポーツディレクターとしてチーム及びレースのサポートも請ける。

2020年、自身のトレーニングルームを港区新橋に新設。
2022年、沖縄県にて活動を開始。



【ご結婚準備のプログラム】

お二人のため特別にデザインされたプログラムです。お二人の絆を深め、一緒にカラダ創りを楽しんでください。

姿勢の改善、ウエイトのコントロール、ボディーメイク、当日までの健康の管理、お忙しい期間お疲れのリカバリー、メンタル面を含めトータルコンディショニングを担当します。

【料金プラン】

セッションは60分または90分から選択し、パートナー同時、または別々に実施します。

■60分セッション

- ・ 3か月プラン（14回、週1回）138,000円（9,857円/回）
- ・ 3か月プラン（28回、週2回）274,000円（9,785円/回）
- ・ 6か月プラン（56回、週2回）532,000円（9,500円/回）

■90分セッション

- ・ 3か月プラン（14回、週1回）218,000円（15,571円/回）
- ・ 3か月プラン（28回、週2回）429,000円（15,321円/回）
- ・ 6か月プラン（56回、週2回）847,000円（15,125円/回）

ご相談（カウンセリング）：無料



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



C Professional
Conditioning Room