

Congratulations



猿渡 淑乃さん 9/7

NPCJ BEEF SASAKI JAPAN CLASSIC

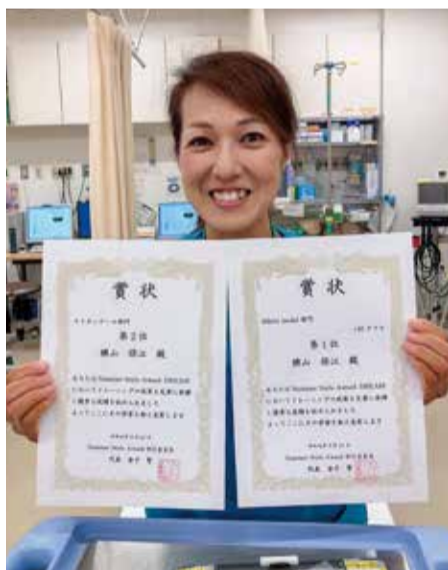
先月7日に開催されたNPCJ【BEEF SASAKI JAPAN CLASSIC】、bikini OPEN NOVICE共に-160CMにてW優勝致しました!今年5戦目にしてこのような成績を出すことができ、とても嬉しいです!競技を始めて1年過ぎたところですが毎回コンディションを整え、最高のボディでステージに立つ事はとても難しいです。けれど挑戦し続ける事で、その時のベストな状態の感覚を少しづつではありますが掴めるようになってきています!
来月11月に今年の一番大切な大会を控えているので、しっかり結果を出せるようあと少し整え、最高のステージにします!



川島 めぐみさん 9/21

IFBB x NPC ビキニエリート

5年前からBBJに出てたけど、今年4月からNPCJのフィットネスビキニに挑戦!!! 8戦目でようやく準優勝がもらえました。いつも大会に出れる体型でいるのが理想!バルクアップもしないので体重も4kg程しか上下しません。今回もお仕事忙しくてトレーニング時間が確保できず、なりトレ時間が唯一のしっかりトレーニング時間でした。ハムにダイヤモンドカットを出したくて、涙と鼻水垂らしながら耐えた成果が少しで嬉しかったです!



横山 保江さん 9/21

SSA x DREAM

今年には大会に出場する度に、落ち込んでばかり。途中なりさんに泣きのLINEを送ったり...笑 そんな中、考えた事。『悩んでいても身体は変わらない。』再度threeBを訪問。SSAにエントリーした事を報告すると、早速なりさんが奮起させてくれました!!これからは自分のなりたい身体を作り上げ、その途中で大会にエントリーするというスタンスにしました。思いの外の好成績!!エントリー全てに入賞出来ました。threeBスタッフ皆さんの応援のお陰です!!
11月千葉で開催されるROOKIEにも出場します。頑張ります。



安藤 愛美さん 9/21

SSA x DREAM

先日、SSA x DREAMのBeauty Fitness Model部門に出場し、準優勝をいただくことができました。今回もなりさんをはじめとして、threeBの皆様の愛がある手厚いサポートに大変感謝しております。去年SSAに初めてチャレンジした時は、予選敗退で悔しい想いをしましたが、ここまで結果を出せたのは本当になりさんのお陰です。その時々状況やボディのコンディションを見て、適時的確なアドバイスで指導していただき、さらに自分の不足している部分をパーソナルトレーニングで強化してもらったので、ここまで成長することができました!なり校長は、これからもずっと私の中で最高の先生です♡これからも宜しくお願い致します。



金子 美保さん 9/28

fitnessstar東京

FITNESSSTAR JAPAN モノキニシニア部門優勝
SSA x DREAM ビューティーフィットネスモデル部門5位入賞
「負ける前提で取り組むの、嫌じゃないですか」。FITNESSSTAR JAPAN本番前夜のトレーニング、珍しく及び腰の私に、なりさんがかけてくれた言葉です。前週のSSAに続いて大会直前に出張が入り、準備が思うようにできていませんでした。普通なら、入賞は無理と見放すでしょう。私自身、棄権もちらつきました。でも、なりさんや猿渡トレーナー(メイク指導)をはじめ、threeBの皆さんが明るくサポートしてくださったおかげで前向きに。時間は無くても密度と工夫で勝負!と、出来る限りのことをして臨み、結果につなげることができました。やりきれて本当によかった。ありがとうございました!



片岡 麗香さん 9/28

fitnessstar東京

2部門エントリーしました(*´ω`*)
モノキニが3位、フィットネスモデルが2位という結果でした。今回のコンテストはとにかく楽しもうという思いで出場しましたが、実際にステージでも楽しめることが出来たので良かったです☆モノキニの衣装は夏をイメージして選び和柄にしてみたりと、楽しいがいっぱいでした♪残念ながら1位は取れなかったですが来年に向けて一度リセットして、またイチから頑張ろうと思います。



鎌田 光輝さん 9/29

IFBB PROFESSIONAL LEAGUE x NPCJ

先日行われたNPCJ WEST JAPAN CHAMPIONSHIPにてフィジークノービス部門でグランプリを頂けました。
トレーナーとして日々お客様にボディメイクの指導をする中、自分自身もお客様に背中を魅せられるようにという想いで挑戦した今大会で、しっかり結果を残すことができ光栄です!
選手としても、そしてトレーナーとしても、まだまだ未熟な部分が多くあるので、今後も更に上を目指して頑張っていきます!
これからもよろしくお願い致します(^ ^)

Do your best!

10/14(月祝)のベストボディ・ジャパン那覇大会に出場する「なりトレ生」のお2人に意気込みを伺いました☆皆で応援しましょう(*^v^)/ レッツファイト♪



小林 悠さん

私はもともと1年半前まで85キロ体脂肪率40%ありました。そのためベストボディジャパンに出場するなんて夢のまた夢でした。ダイエットで汚い痩せかたをしてしまった私の体を久保田さんのトレーニングや食事管理、体調管理でその夢を現実にしていただきました。精神的にも弱く、自分にも自信がなく1人ではすぐに諦めてしまう私を久保田さんは優しく、時には厳しく(角が見え隠れ笑)、自分のことのように一生懸命やってくれました。私自身も段々と美ボディになっていくにつれて、那覇大会でグランプリを絶対に取る!という心意気まで成長していきました。トレーニングだけではなく、精神面でもたくさん成長させていただき、また、今まで生きてきた中で一番自分を大好きになりました!那覇大会、自分のためにも大好きなthreeBのためにも最高の日にしていきたいです!同じ「なりトレ生」の寺田さんと共に頑張ります!!



寺田 晴さん

イタリアンレストランを営んでいる私は毎日糖質まみれの環境にいます。生涯美味しく食べて、たくさん動ける体を作りたくこちらへ駆け込みました。はじめは動けなさすぎて無理〜と連呼。なりさんに勝手に限界を決めないで!と叱咤激励されました。threeBの皆さんや、些細なことでもすぐに答えてくださる真摯な久保田トレーナーのおかげで、今年初めてベストボディジャパンに出場し富山大会、宇都宮大会で3位をいただくことができました。食欲の秋ですが皆さんに背中を押していただきましたので、幼馴染の住む那覇に青い海を見に行きます。