



根本 南

NSCA-CPT
パーソナルトレーナー

■出身：茨城県稲敷市

■学歴：上智大学神学部神学科卒業

■幼少期～現在までスポーツに
明け暮れる日々を送る。

運動経験としては、陸上競技が最も長いが、
大学に入ってから現在も趣味として楽しむ
競技ダンスと出会う。

〔全日本学生競技ダンス選手権大会準優勝、
日本ユース陸上競技選手権大会3年連続出場〕

その他器械体操やトランポリン等。
現在は様々なスポーツ経験を活かし、
自身もボディメイクに勤しみながら
パーソナルトレーナーとして活動中。

■趣味：競技ダンス／旅行／
美味しいものを食べること

