

トレーナーがマンツーマンで
じっくりご指導(グループでも可)

PRIVATE TRAINING

プライベートトレーニング

有料

厳しいゴールドジムアカデミーを合格した優秀な
トレーナーがダイエットや体力向上、競技力向上など、
1日でも早くお1人でトレーニングが
できるよう、有料でマンツーマンサポート
させて頂くシステムです。
最短で結果を出したい方にオススメです。

加圧 → 加圧サイクル指導可能トレーナー 30分¥2500- (税別)

①希望のトレーナーを
お選び下さい。

②フロントスタッフ
に希望の旨を
お伝え下さい。

③日程・時間を
決めます。

トレーニングへ

プライベート トレーナー紹介

複数名でご参加いただいても
1セッション1名分の金額で受けられます!

加圧



アドバンストレーナー
加藤

【料金】
60分
¥6000-(税別)
90分
¥9000-(税別)
【トレーナー歴】
2015年～
【スポーツ歴】
体操競技10年
ボディビル2018年
日本選手権7位
初心者の方も大歓迎です。
トレーニングだけでなく
食事や栄養のお悩みも
ご相談ください。

加圧



プロトレーナー
村山

【料金】
60分
¥6000-(税別)
90分
¥9000-(税別)
【トレーナー歴】
2015年～
【スポーツ歴】
野球18年
東京都パワーリフティング
大会優勝
初心者の方から
トレーニングでお悩みの方
全力で指導させて
いただきます。

加圧



プロトレーナー
宮城

【料金】
60分
¥6000-(税別)
※女性限定指導
【トレーナー歴】
2013年～
【スポーツ歴】
パワーリフティング
ボディフィットネス
HIPHOP
ボディメイクやダイエット
女性ならではの視点で
幅広く指導させて
いただきます。

加圧



オフィシャルトレーナー
河西

【料金】
60分
¥5000-(税別)
90分
¥7500-(税別)
【トレーナー歴】
2014年～
【スポーツ歴】
野球15年
楽しみながら結果が
出せるようサポート
させていただきます。

加圧



オフィシャルトレーナー
松本

【料金】
60分
¥5000-(税別)
90分
¥7500-(税別)
【トレーナー歴】
2013年～
【スポーツ歴】
野球20年
5年後、10年後のため
健康な身体づくりを
はじめましょう。

加圧



オフィシャルトレーナー
中村

【料金】
60分
¥5000-(税別)
90分
¥7500-(税別)
【トレーナー歴】
2018年～
【スポーツ歴】
野球13年
初心者大歓迎です。
楽しくトレーニング
しましょう。

GOLD'S GYM®