

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)

# STAFF PERSONAL TRAINING

スタッフ パーソナルトレーニング

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。



## パーソナルトレーナー紹介



穂積

60分/6,600円(税込)

90分/9,900円(税込)

30分/3,300円(税込)

※加圧サイクリストレーニング

スポーツ歴/野球

トレーニングをどうやっていいかわからない、  
効率よく結果を出したい、結果が出ない等悩  
みは尽きないものです。まずはお気軽にご相談  
ください。



薄井

60分/6,600円(税込)

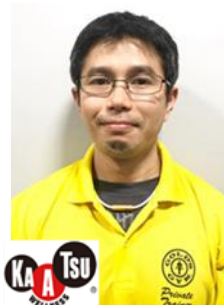
90分/9,900円(税込)

30分/3,300円(税込)

※加圧サイクリストレーニング

スポーツ歴/  
陸上競技、パワーリフティング

伸び悩んでいる方、結果が出るよう精一杯  
サポートさせていただきます。  
よろしくお願いします。



佐藤

60分/5,500円(税込)

90分/8,250円(税込)

30分/2,750円(税込)

※加圧サイクリストレーニング

スポーツ歴/ボディビル

お客様の目標へ向けて精一杯サポートさ  
せていただきます。



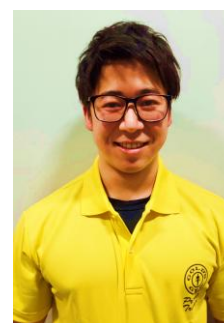
大科

60分/6,600円(税込)

90分/9,900円(税込)

スポーツ歴/野球

目標達成のために、今日出来る最大限の  
効果を得るサポートをいたします。



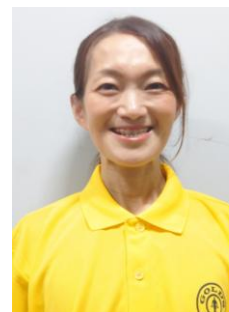
川田

60分/7,700円(税込)

90分/11,550円(税込)

スポーツ歴/  
ボディビル、野球、パワーリフティング

ベンチプレス、スクワット、デッドリフトが伸  
び悩んでいる方、トレーニングで甘えてしま  
う方、ダイエットでお困りの方一緒に目標達  
成していきましょう。



小野

60分/6,600円(税込)

90分/9,900円(税込)

スポーツ歴/バスケ、パワーリフティング  
ビキニフィットネス

女性ならではの悩みなどもお気軽に  
ご相談ください。  
全力でサポートさせていただきます。

## パーソナルトレーニングパッケージのご案内



〇1ヶ月コース

【週2回/全8回 ¥44,000~】

【週3回/全12回 ¥66,000~】

【週4回/全16回 ¥88,000~】

来館頻度に合わせて変更する事ができます。

料金プランには、

『トレーニングウェア上下』『シューズ』『タオルセット』のレンタル5点セットに

『トレーニング後のプロテイン1杯』が付いている為、手ぶらでご利用いただけます。

# GOLD'S GYM®