

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。



## パーソナルレーナー紹介

60分/6,600円(税込)

90分/9,900円(税込)

30分/3,300円(税込)

※加圧サイクルトレーニング

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。

穂積



60分/5,500円(税込)

90分/8,250円(税込)

30分/2,750円(税込)

※加圧サイクルトレーニング

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。

佐藤



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。

川田



## パーソナルトレーニングパッケージのご案内

### PERSONAL TRAINING

パーソナルトレーニングで自分史上最高の身体へ

本物のパーソナルトレーニングで、自分史上最高の身体へ

#### ○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。

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

女性ならではのお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。

**GOLD'S GYM.**