

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。



原



60分 5,500円 (税込)

競技歴/フィットネスビキニ

女性のダイエットやボディメイク、ヒップアップなどのトレーニング指導はもちろん、男性からも支持が厚いトレーナーです。ダイエットやボディメイクを楽しくフィットネスライフに取り入れた方、是非原トレーナーの指導を受けてみてはいかがでしょうか。



中里

60分 8,800円 (税込)

競技歴/柔道

初心者の方からコンテスト出場選手、アスリートまで幅広くサポートさせて頂いております。お気軽にご相談下さい。お身体は一生の財産です。健康や身体機能向上をご提供、ご提案、お手伝いさせていただきます。



小谷田

60分 5,500円 (税込)

競技歴/メンズフィジーク

男女問わずボディメイクの指導が得意です。わかりやすい指導でトレーニング初心者の方にも大変おすすめのトレーナーです。



那須

60分 5,500円 (税込)

競技歴/野球

スポーツ現場での経験を活かして、コンディショニング調整やリハビリなどのアドバイスを致します。わかりやすい指導で初心者の方でも安心してトレーニングを実施できるおすすめのトレーナーです。



宇田川

60分 5,500円 (税込)

競技歴/ボディビル

自身の経験を活かし、ボディメイクやダイエットのトレーニングはもちろん、ポージング指導も可能です。フィットネス競技へ初めて挑戦される方でも安心してトレーニングを実施できます。



関

60分 5,500円 (税込)

競技歴/やり投げ

陸上競技で培った経験をもとに、様々な競技のパフォーマンスアップや最大筋力の向上、身体のケアなどの指導にも優れています。分かりやすい指導で初心者の方にも大変おすすめのトレーナーです。

アドバンストレーナー

セミナー・ゴールドジムアカデミーの講師も担当するトレーナーです。実技(技術・実践)はアカデミーレベルが上級にあります。ユニフォームの袖が黄色のトレーナーです。

オフィシャルトレーナー

ゴールドジムアカデミー 全過程合格。実技(技術・実践)はアカデミーレベルが中級にあります。ユニフォームの袖がオレンジのトレーナーです。

プロトレーナー

ゴールドジムアカデミー全過程合格。実技(技術・実践)はアカデミーレベル上級にあります。ユニフォームの袖がシルバーのトレーナーです。

トレーナー

ゴールドジムアカデミーを受講してトレーナーとしてトレーニングや勉強をしているトレーナーです。ユニフォームの袖がレッドのトレーナーです。