



出身地

兵庫県神戸市

トレーナー歴

2017年～

経歴

2017年 ゴールドジム入社
2018年 大阪クラシックボディビル出場
2019年 大阪クラシックボディビル3位入賞
同 年 加圧サイクルトレーナー資格獲得

これまでの取得資格

- ・ ゴールドジムアカデミー修了
(生理学、リハビリテーション学、解剖学)
- ・ 加圧サイクルトレーナー
- ・ MOSSA GROUP POWER
認定トレーナー

佐々木 Sasaki



料金

- プライベート指導
40分 ¥3,850 (税込)
60分 ¥5,500 (税込)
90分 ¥8,250 (税込)
- 加圧トレーニング指導
30分 ¥2,700円 (税込)

トレーナーよりコメント

皆様の生活の一部として無理なくトレーニングを出来るようお手伝いをさせていただきます。

目標達成に向けて一緒に頑張りましょう！
どうぞお気軽にお声掛けくださいませ。

指導種目

競技能力向上、筋力UP、ダイエットの他に姿勢改善などのサポートを行なっていきます。加圧トレーニングの資格も取得しているので、お気軽にご相談下さい。



出身地

兵庫県神戸市

トレーナー歴

2013年～

経歴

2013年 ゴールドジム入社
2015年 大阪クラス別ボディビル3位入賞
2018年 大阪男子ボディビル出場
2020年 加圧サイクルトレーナー資格獲得

これまでの取得資格

- ・ゴールドジムアカデミー修了
(生理学、リハビリテーション学、解剖学)
- ・加圧サイクルトレーナー
- ・NESTA-PFT (全米エクササイズ協会認定
パーソナルフィットネストレーナー)
- ・NESTA-PSS (全米エクササイズ協会認定
パワーサプリメントスペシャリスト)
- ・JATI-ATI (日本トレーニング指導者資格)

指導種目

筋肥大から減量まで、お客様に合わせたメニューのご提案をさせていただきます。併せて、目的に合わせたサプリメント提案・コンディショニングもいたします。

石田 Ishida



料金

○プライベート指導

40分 ¥3,850 (税込)

60分 ¥5,500 (税込)

90分 ¥8,250 (税込)

○加圧トレーニング指導

30分 ¥2,700円 (税込)

トレーナーよりコメント

ボディビルでの経験を基に、皆様の目標達成へのお手伝いをさせていただきます。競技出場者の方やご高齢の方の機能改善の指導経験もございますので、幅広く対応できます。加圧トレーニング指導も対応させていただきますので、是非一度お声がけ下さいませ。

GOLD'S GYM®



浪花 Naniwa



料金

- 加圧トレーニング指導
30分 ¥2,700円 (税込)
- プライベート指導
1時間 ¥5,500 (税込)

トレーナーよりコメント

運動が苦手な方も本気で身体を変えたい方、お一人お一人の目的に合わせてご案内させていただきます。女性特有のお悩みなどもお気軽にご相談ください。目標達成に向けて楽しく運動しましょう！

出身地

福岡県福岡市

トレーナー歴

2017年～

経歴

2020年 ゴールドジム入社
2021年 加圧サイクルトレーナー資格獲得

これまでの取得資格

- ・ゴールドジムアカデミー修了
(生理学、リハビリテーション学、解剖学)
- ・加圧サイクルトレーナー
- ・LesmillsBODYPUMPインストラクター
- ・LesmillsBODYATTACKインストラクター
- ・日本体育協会公認ハンドボールコーチ
- ・中学・高校教員免許(保健体育)

指導種目

機能改善から筋力アップなど幅広く皆様の目的に合わせてご案内させていただきます。



宮脇 miyawaki

料金

- プライベート指導
- 60分 ¥5,500 (税込)
- 90分 ¥8,250 (税込)

トレーナーよりコメント

コンテスト出場経験もありますのでダイエット指導また、トレーニングの方も全力でアドバイスさせていただきます。
姿勢改善やコンディショニングのほうもアドバイスさせていただきます。

出身地

兵庫県伊丹市

トレーナー歴

2022年～

経歴

2024年 ゴールドジム入社

これまでの取得資格

- ・ゴールドジムアカデミー修了
(生理学、リハビリテーション学、解剖学)
- ・Phi-Pilates
- ・yoga-move
- ・TRX-STC
- ・VIPR

指導種目

ボディメイク、筋力UP、ダイエットの他に姿勢改善などのサポートを行なっていきます。
なりたい体に近づけるようにサポートしてまいります。



出身地

兵庫県明石市

トレーナー歴

2022年～

経歴

2024年 ゴールドジム入社

これまでの取得資格

- ・ゴールドジムアカデミー修了
(生理学、リハビリテーション学、解剖学)

山縣 Yamagata



料金

- プライベート指導
60分 ¥5,500 (税込)
90分 ¥8,250 (税込)

トレーナーよりコメント

陸上とボディメイクの経験から、競技力向上から筋肥大、ダイエットまで、幅広く指導いたします。身体、筋肉の使い方を1から一緒に学んでいきましょう。丁寧に指導いたします。

指導種目

競技能力向上、筋力UP、ダイエットの他に姿勢改善などのサポートを行なっていきます。
アスリートのトレーニングもお任せください。



出身地

兵庫県加古川市

トレーナー歴

2022年～

経歴

2022年 兵庫オープンメンズフィジーク6位
2023年 兵庫オープンメンズフィジーク3位
2024年 関西メンズフィジーク 3位
2024年 ゴールドジム入社

これまでの取得資格

- ・ゴールドジムアカデミー修了
(生理学、リハビリテーション学、解剖学)

稲岡 Inaoka

料金

- プライベート指導
60分 ¥5,500 (税込)
90分 ¥8,250 (税込)

トレーナーよりコメント

フィジーク競技・野球の経験から、競技力向上から筋肥大、ダイエットまで、幅広く指導いたします。身体、筋肉の使い方を1から一緒に学んでいきましょう。丁寧に指導いたします。

指導種目

ボディメイク、筋力UP、ダイエットの他に姿勢改善などのサポートを行なっていきます。
野球に特化したトレーニングもお任せください。



出身地

兵庫県たつの市

トレーナー歴

2022年～

経歴

2022年 ゴールドジム入社

競技歴

・相撲 10年

山科 Yamashina



料金

○プライベート指導

40分 ¥3,850 (税込)

60分 ¥5,500 (税込)

90分 ¥8,250 (税込)

これまでの取得資格

- ・ゴールドジムアカデミー修了
(解剖学・リハビリ・生理学)
- ・NSCA-CPT 2022年取得

トレーナーよりコメント

トレーニングは継続することが一番大事なので無理なくトレーニングを続けられるようにサポートいたします。一緒に頑張りましょう。

GOLD'S GYM®