

明るく開放感あふれる広大なジムエリア!!



レベル別に選べる
豊富なグループレッスン!!



スタジオ
スケジュール



明日の元気 未来の健康!![®]



無料100回トレーニングサポート!!

無料トレーニングサポート

1~6回 初心者トレーニング説明会
マシン使用方法・栄養素の基礎を6回でご説明。

7~30回 ビギナーサポート
それぞれの目的に合わせたプログラムを提案。

31~100回 オリジナルサポート
個別オリジナルメニューを作成し、トレーニング動作の確認やメニューも随時更新。

有料トレーニングサポート

スタッフパーソナルトレーニング

実技・知識共に厳しい基準をクリアしたトレーナーがご指導。
1人でも、数名のグループでもOK!



加圧 サイクル[®] トレーニング

加圧サイクル[®]機能を使い、加圧除圧を繰り返しながら行うトレーニング。



アメリカで大人気のスポーツ!!

ピッケルボール

**メンバー様なら無料で
ご利用になれます!!**

家族で
気軽に
楽しめる!!

バドミントンコートと同じ広さのコートで板状のバドミントンを使い、穴あきのボールを打ち合うスポーツです。シニアや大人から子どもまでミックスで楽しめる簡単なスポーツです。

詳細は店舗までお問合せください!



GOLD'S GYM[®]

宇城熊本店

ゴールドジムが提案する6つの理由!



理由1
充実のジムエリア



理由2
トレーニングサポート



理由3
豊富なレッスン



理由4
栄養面もサポート



理由5
シャワーブースも充実



理由6
レンタルも充実

施設を体験してみませんか?

1週間体験

(税込)
¥1,000

2025年9月末日まで宇城熊本店にて有効。
要公的身分証、ウェア・シューズ・タオル。(レンタルあり)
ゴールドジム利用が初めての方、又は退会後3ヶ月以上経過した方に限る。

メンバー様以外の方もご利用可能!!



**フィットネス用品
専門店併設!!**

最新のフィットネス用品から
掘り出し物まで豊富な品揃え!

サプリメント、ウェア、トレーニングマシン、格闘技用品までフィットネスに必要なものが豊富に揃うほか、ご自宅でフィットネスが楽しめるホームジムのご相談も承ります。

【夏季休館日のお知らせ 宇城熊本店8/14(木)・8/15(金)休館日となります。】