

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

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。

有料

鈴木



60分 7,700円(税込)

競技歴/バスケットボール・ボディビル・フィジーク
動作を正しく行うための評価・修正
によるトレーニングの効率化が得意
分野です。身体のどこかに違和感・
痛みがある、苦手部位があるという
方はお声かけください。

宮野



60分 6,600円(税込)

競技歴/野球・ボディビル

筋肉を大きくしたい、痩せたい、トレーニングが上手に
なりたいたいなど、目的は様々だと思います。
初心者の方から、上級者の方までお客様の目的に合わせ
てサポートさせて頂きます。宜しくお願い致します。

津久井



60分 7,700円(税込)

競技歴/野球・ソフトボール

目的・目標に合わせて、お客様に寄り
添ったサポートをさせていただきます。
初心者の方、女性の方も大歓迎です。

赤堀



60分 6,600円(税込)

競技歴/バスケットボール・陸上競技

ボディメイク、パワー向上、競技力向上、健康増進、リ
ハビリテーション等、一人一人のトレーニングを行う目
的は様々です。目指している理想の自分へ近づくための
一助となれるよう、機能解剖学を中心とした知識やト
レーニングの技術を提供し、お客様の目的に応じたト
レーニングのサポートを致します!

神原



60分 6,600円(税込)

競技歴/野球・ボディビル

筋肥大・筋力アップしたい、
トレーニングが上手になりたい、
いつまでも身体が若くいたい、
老若男女問わず、ご利用お客様の
目的に合わせてサポートさせて頂き
ます。
お気軽にお声がけ下さいませ。

倉上



60分 6,600円(税込)

競技歴/野球・フィジーク

トレーニングや食事でお困り方、
皆様の不安を解消出来るように
全力でサポートさせて頂きます。
お気軽にお声がけ下さい!

佐藤



60分 6,600円(税込)

競技歴/野球

トレーニングで悩んでいる方、初めての方、一緒にト
レーニングしましょう!!
全力でサポートさせていただきます。
お気軽にお声掛けください!

堀込

60分 6,600円(税込)

競技歴/野球

トレーニング初心者から更なるレベ
ルアップを目指す方まで、一人ひと
りの身体の状態にあわせてサポート
致します。