

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

①希望のトレーナーを
お選びください。

②フロントもしくは
本人に希望の旨
お伝えください。

③日程・時間を
決めます。

トレーニングへ

スタッフ パーソナルトレーナー紹介

複数名でご参加いただいても
1セッション1名分の金額で受けられます。



岩尾

60分 8,800円
加圧 2,750円

専門競技/ボディビル
資格/JBBF1級指導員

お客様に合わせたトレーニングを実施いたします。初心者から競技者まで幅広く指導いたします。



西村

60分 6,600円
加圧 2,750円

専門競技/ボディビル
資格/JBBF2級指導員 JATI-ATI
解剖学、生理学に基づいた合理的な
トレーニング指導をいたします。
弱点部位の改善等、トレーニング
中・上級者大歓迎です。



神野

60分 5,500円
加圧 2,750円

専門競技/メンズフィジーク

ダイエットや体作りをする上で大事なものは
継続して行う事です。きついトレーニング
を楽しく一人でも出来るようになるまで
サポート致します。一緒に頑張りましょう。



山縣

60分 5,500円

専門競技/陸上 メンズフィジーク
資格/JATI-ATI

競技能力向上、筋肥大、ダイエット
など幅広く指導致します。アスリートの
トレーニングもお任せください。



稲岡

60分 5,500円

専門競技/メンズフィジーク

身体・筋肉の使い方を一から
一緒に学んでいきましょう。
丁寧に指導いたします。



石井

60分 5,500円

専門競技/ボディビル

ジムでのトレーニングが日常の楽し
みになるように全力でお手伝いた
します。お気軽にお声がけ下さい。

40分・90分も対応可能！お気軽にご相談ください！

GOLD'S GYM