

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

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

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!



津坂 60分/¥6,050(税込)
加圧トレーニング実施可能

トレーニングとは『目標を達成する為に反復し練習する事』です。皆様の目的にフィットしたご提案とお手伝いをさせていただきます。

競技歴/ボディビル、柔道



岩尾 60分/¥8,800(税込)
90分/¥13,200(税込)
加圧トレーニング実施可能

お客様に寄り添ったトレーニングを提案いたします。一緒に頑張りましょう。

競技歴/ボディビル



吉岡 60分/¥6,050(税込)
90分/¥9,075(税込)

トレーニングの大切さや、ボディメイクの楽しさを共有し、お客様の目標達成に向け、全力でサポートさせていただきます。

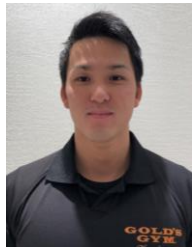
競技歴/ボディビル、フィジーク



畑田 40分/¥3,663(税込)
60分/¥5,500(税込)
90分/¥8,250(税込)

筋トレは、肉体的にも精神的にも強さを与えてくれる究極のアンチエイジングです。皆様の目標達成の為のご提案とサポートをさせていただきます。

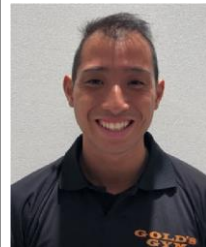
競技歴/ボディビル、マラソン



田中 60分/¥5,500(税込)
加圧トレーニング実施可能

お客様に合わせて丁寧にトレーニングのご提供を全力でさせていただきます。お気軽にお声掛けください。

競技歴/野球



中脇 30分/¥2,750(税込)
60分/¥5,500(税込)
加圧トレーニング実施可能

短時間でも身体は変わります。一緒に頑張りましょう。

競技歴/ソフトテニス



角田 30分/¥2,860(税込)
60分/¥5,720(税込)

競技力を伸ばしたい方、身体の痛み(腰痛、ひざ痛等)が気になる方、身体を変えたい方お客様のご要望に合わせたご指導を提供させていただきます。お気軽にお尋ねください。

競技歴/陸上(やり投げ)、野球、水泳



三宅 60分/¥5,500(税込)

トレーニングを始めた方から、コンテスト出場を考えている方までどなたでもお気軽にご相談下さい。

競技歴/ボディビル