

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。



三井



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/野球

ウェイトトレーニング・VIPRトレーニング  
加圧サイクルトレーニング  
自重トレーニング等  
幅広い方法でサポート紗褪せて頂きます。  
ダイエット目的・競技者等お客様の目的に  
合わせてまずはカウンセリングを行い  
一緒に計画を進めて参ります。



鈴木

60分 ¥9900 (税込)

競技歴/野球・ボディビル

筋肥大のお手伝いをさせて頂きます。  
よろしくお願い致します。



加藤



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/水泳・ボディビル

トレーニングの結果がなかなか出ない方  
効果が停滞してしまっている方  
一人だと長続きしない方  
お待ちしております。



澤田



60分 ¥7700 (税込)

競技歴/ボディビル

ダイエットや筋力アップ、各部位の成長で  
悩んでいる方のサポートをさせて頂きます。  
お2人でのご参加や、初心者の方  
女性のメンバー様も大歓迎です。  
楽しいトレーニングライフを送れるよう  
全力でご指導させて頂きます。



笹森



60分 ¥6600 (税込)

競技歴/野球・メンズフィジーク

ボディメイク中心のサポート  
どなたでもお声掛け下さい。



川口



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/野球・テニス

トレーニングにお困りの方、ダイエットしたい方  
これから頑張りたい方、アスリート、  
どなたでもぜひ一度ご相談ください  
ぜひ一緒に目標達成しましょう

# GOLD'S GYM

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。



松本



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/空手・テニス  
メンズフィジーク

ボディメイク、減量、食事指導に関して  
指導させて頂きます。  
身体づくりに悩んでいる方、トレーニング  
初心者の方お気軽にご相談下さい。



篠原



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/野球(元読売ジャイアンツ)

アスリートとして活動してきた経験を活かして  
ご指導させて頂きます。  
一緒にトレーニングを楽しみましょう。



木越

60分 ¥5500 (税込)

競技歴/サッカー

初心者の方から  
トレーニングで伸び悩んでいる方  
全力でサポートさせて頂きます。



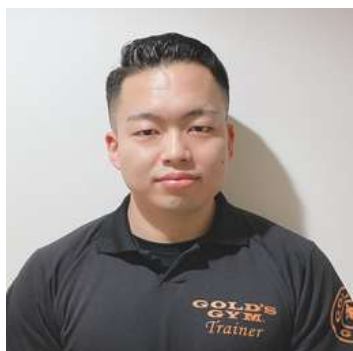
河野



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/水泳・バレーボール

トレーニングを頑張りたい方  
ダイエットしたい方  
初心者や女性のお客様など大歓迎です！  
ぜひ目標達成できるように  
頑張ってください。  
よろしくお願致します。



阿久津

60分 ¥5500 (税込)

競技歴/バスケットボール  
ウエイトリフティング

より筋力をつけたい方、より瞬発力を  
付けたい方、大きなパワーを発揮するためには  
体の運動性が必要です。  
スポーツに生きるトレーニングフォーム・  
テクニックをご指導させていただきます。



上村

60分 ¥5500 (税込)

競技歴/ヨガ・水泳  
バスケットボール

健康な日常をサポートしていきます。  
初心者の方大歓迎です。

GOLD'S GYM