

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。



藤谷



60分 ¥4400 (税込)

競技歴/野球

競技で伸び悩んでいる方や体を変えたい方
のためのトレーニング指導を全力で
させていただきます！
初心者の方ももちろんお待ちしております！



古川



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/陸上

メンズフィジーク

初心者の方やトレーニングに悩んでる方
楽しくトレーニングが出来るように
指導させていただきます！
お気軽にお声かけ下さい！！



米長



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/バスケットボール

皆様のトレーニングライフを全力で
サポートさせていただきます！
トレーニングがなかなか継続できない方
ボディメイクをしっかり行いたい方
お客様の生活リズムに合わせトレーニングを
進めて参ります！明るく、楽しく
一緒にトレーニングを行っていきましょう！



小野



60分 ¥5500 (税込)

競技歴/野球

加圧に興味のある方
トレーニング初めての方、競技力向上したい方
どんな方でもご相談ください！
皆様のお力になれるよう励んで参ります！！



薦田



30分 ¥2700 (税込)

※加圧のみ

競技歴/チアリーディング

加圧に興味のある方
トレーニング初めての方
女性らしい身体づくりをしたい方
どんな方でも楽しくトレーニングが楽しく
続けられるようサポートして参ります！！

03-3234-2525

お電話でのご予約承っております

当日のご予約も可能◎

ご相談下さい!!



GOLD'S GYM®