

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

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

有料



## 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。



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  
サポートさせて頂きます！  
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！



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！！



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！！

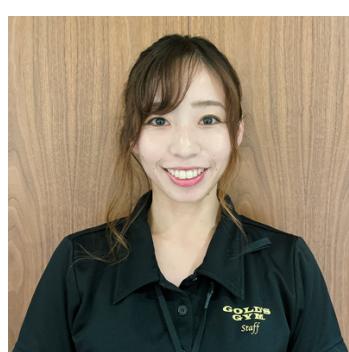


木元



60分 ¥5500 (税込)  
競技歴/野球

初心者から競技者の方まで目的・目標に  
合わせて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！



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  
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.**