

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させていただきます。
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いただきます。
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いただきます。
お2人のご参加や、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いただきます。



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。



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
ご指導させていただきます。
一緒にトレーニングを楽しみましょう。

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。

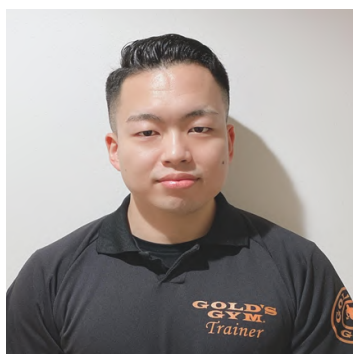


木越

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。



阿久津

60分 ¥5500 (税込)

競技歴/バスケットボール
ウェイトリフティング

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・
テクニクをご指導させていただきます。



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。

03-5786-1818

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